



菊花シューマイ



材料 (子ども2人分 大人2人分)	
豚ひき肉	180g
玉ねぎ	90g (1/2玉)
片栗粉	18g (大さじ2)
干しいたけ	4g (1枚)
三温糖	3g (小さじ1)
しょうゆ	6g (小さじ1)
ごま油	2g (小さじ1/2)
塩	1.8g
しょうが(汁)	2g (小さじ1/2)
シューマイの皮	100g

<作り方>

- ① シューマイの皮は縦半分に切り、2~3mm幅の千切りにし、よくほぐしておく。
- ② 玉ねぎはみじん切りにして、片栗粉と混ぜる。干しいたけは水でもどしてみじん切りにし、三温糖としょうゆで下味をつけておく。
- ③ 豚ひき肉に②とごま油、塩、しょうが汁を加えて練り、丸めておく。
- ④ シューマイの皮を平らに広げ、③をころがしながら軽く握るようにして、まんべんなく皮をつける。
- ⑤ ④を蒸し器に入れ、強火で10~15分蒸す。

電子レンジで蒸す場合は、耐熱皿にシューマイを並べ、皮に水をふりかけてしめさせます。皿にふんわりとラップをかけて600Wで5~7分ほど様子を見て加熱します。竹串を刺して透明な肉汁が出れば火が通っています。



作るのが難しそうなおシューマイも皮を千切りにして作ると簡単ですよ♪
種に調味料を入れることで、タレをつけなくても美味しく食べられます。