

給食メニューをおうちで作ろう！！

給食で提供している料理をご家庭で簡単に作れるようにアレンジして紹介します。

鶏つくねとえのき茸の焼売



<材料 16個分> 皮の大きさにより出来上がる数が異なります。

鶏ひき肉	120g
木綿豆腐	小1/2
玉ねぎ	中1/4
えのき茸	1/4株
生姜(汁)	小さじ1/4
日本酒	小さじ1/2
砂糖	小さじ1/3
醤油	小さじ1
中華だし	小さじ1/2
胡椒	少々
片栗粉	大さじ1
ごま油	小さじ1/3
焼売の皮	4枚



<作り方>



- ① 玉ねぎとえのき茸はみじん切りする。
- ② ボウルに材料を入れ粘りが出るまでよくねる。

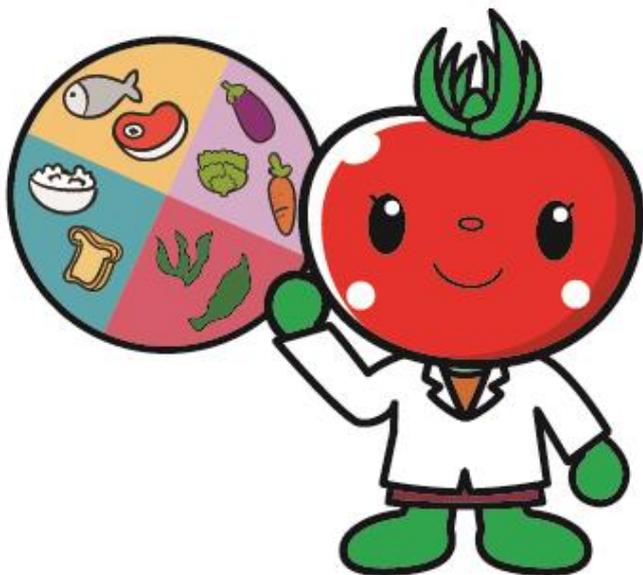


③ 具を16等分し、スプーンを使って焼売の皮にのせ包む。

④ クッキングシートを敷いた蒸し器で10分蒸す。



※水滴が焼売に落ちないように、ふきんをかけてからふたをして強火で蒸しましょう。



※干し海老や干し椎茸を加えるとうまみが増しさらにおいしくなります。

また、彩りに枝豆をのせてもきれいに仕上がります。

給食では大きい皮を使い1個（今回の4個分）を出しています。