

料理名 (ふわふわえびシューマイ)



食品名	材料6個分
木綿豆腐	80g
鶏ひき肉	70g
玉ねぎ	60g
葉ねぎ	10g
干しいたけ	1枚
むきえび	30g
桜えび(釜あげ)	15g
しょうが(しぼり汁)	小さじ1
塩	小さじ1/3
酒	小さじ1
しょうゆ	小さじ1/3
ごま油	小さじ1/2強
片栗粉	大さじ2弱
シューマイの皮	約60g

(作り方)

下準備

○木綿豆腐はキッチンペーパーに包み、水気を切っておく。

○シューマイの皮は二等分して、5mm幅に切っておく。

① 玉ねぎはみじん切り、葉ねぎは小口切り、干しいたけは、水でもどしてみじん切り、むきえびは粗みじん切りにしておく。

② 豆腐を手でにぎりながらよくつぶし、シューマイの皮以外の材料をすべて混ぜ合わせ、よく練る。

③ ②の具を6等分して丸め、シューマイの皮を付けて約20分蒸す。

豆腐が入ることのでやわらかく、ふわふわした食感になります。富士の葉ねぎや由比産のさくらえびを使ったふるさとの味です。お子さんと一緒に作ってみましょう。

