

キャベツ



春キャベツで作るのがオススメです。
葉がやわらかく甘みがあるので、
ザク切りで食感を楽しみましょう。
ラップにくるむと呼吸ができず
傷むので、ビニール袋へ
保存してください。



お料理ママさん

※写真はイメージです。

使ったのは
この商品!



大きなシューマイ

調理時間
約35分

1人分
257kcal

大きなシューマイ

調理時間
約**35分**

1人分
257kcal

【材料/4人分】

- 豚ひき肉……………300g
- 玉ねぎ……………中1/2個(100g)
- 片栗粉……………大さじ2
- 塩……………小さじ1
- たけのこ(水煮)……………50g
- A** 鶏がらスープの素……………小さじ1
- ハウス おろし生しょうが〈大容量〉……………小さじ1(5g)
- ごま油……………大さじ1
- しゅうまいの皮……………1/2袋
- キャベツ……………4~5枚(200g)
- 水……………100ml
- からし……………適量

【作り方】

- ①キャベツはあら目の千切りにする。玉ねぎはあらみじん切りにし、塩を加えてよく混ぜ、約10分置いて水気をしぼる。たけのこはあらみじん切りにする。
- ②①の玉ねぎに片栗粉を加えて絡める。
- ③②、豚ひき肉、たけのこ、**A**を混ぜ、全体が均一になるまでよく混ぜる。
- ④ホットプレートにフッキングシートを敷き、①のキャベツを敷き、③を広げ、5mm幅に切ったしゅうまいの皮を上のにせる。
- ⑤フッキングシートの下に水を注いでフタをし、中火で加熱する。沸騰したらそのまま7~8分蒸す。からしをお好みでかけて出来上がり。