



Image です。レシピのの出来上がりとは異なります

1. 蟹焼売
2. 茄子のオイスターソース炒め煮
3. 即席漬け
4. 生姜フリン

1. 蟹焼売

材料・分量

豚挽き肉	380g
蟹缶	100g
塩	小さじ1/3
胡椒	少々
干し椎茸	5枚
玉葱(みじん切り)	150g
片栗粉	大さじ3と1/2
生姜(皮つきすりおろし)	25g
A 砂糖	小さじ2
醤油	小さじ2
酒	大さじ1と1/2
椎茸もどし汁	大さじ1と1/2
蟹缶の汁	小さじ2
ごま油	大さじ1と1/2
焼売の皮	36枚
練り辛子	小さじ1~2
醤油	適量

作り方

- ① 椎茸は水につけ30分以上戻し、水気を絞って軸の固い部分を取りみじん切り。
- ② 蟹缶は軟骨を除き軽くほぐす。飾り用に1/4量を取り分ける。
- ③ 玉葱は切って片栗粉をまぶす。
- ④ 生姜汁を絞っておく。
- ⑤ ボウルに挽き肉・蟹・塩・胡椒を入れ良く混ぜ、Aと①の椎茸③の玉葱④の生姜汁を加えて、粘りが出るまで良く混ぜる。
- ⑥ たねを36等分して皮で包み飾り用の蟹をのせる。
- ⑦ 蒸し器の中敷きに油を塗り、焼売を間隔をあけて並べ、蒸気の立った蒸し器にのせ、蓋をして強火で10分位蒸す。器に盛り辛子醤油を添える。

2. 茄子のオイスターソース炒め煮

材料・分量

茄子 6個	400g
豚ばら肉	200g
さやいんげん	70g
葱	1本
にんにく 2片	20g
赤唐辛子	2本
油	大さじ6
A 砂糖	小さじ2
オイスターソース	小さじ2
醤油	大さじ2
酒	大さじ2
水	1C

作り方

- ① 葱・にんにくはみじん切り。いんげんは筋を取り3cm長さに切る。唐辛子は水につけて柔らかくし、種を取って太めの小口切り。Aを合わせる。
- ② 茄子はへたを取り皮を縞目にむき、5cm長さの乱切り。豚肉は2cm長さに切る。
- ③ 鍋に油大さじ4を温め、茄子といんげんを強火で炒め、うすく焼き色がつき油がなじんだら取り出し、茄子といんげんを分けておく。
- ④ 鍋に油大さじ2を足し、弱火で葱・にんにく・唐辛子を炒め、香りが出たら豚肉を加え、中火で炒める。肉の色が変わったら茄子とAを加え、蓋をして弱火にし10分程煮る。いんげんを加え汁気が殆どなくなるまで煮る。

3. 即席漬け

材料分量

大根(3cm長さ)	200g	
胡瓜(3cm長さ)	1本	
人参(3cm長さ)	70g	
セロリ(3cm長さ)	70g	
塩	小さじ1	
A	砂糖	大さじ1と1/3
	酢	大さじ4と1/3
	ごま油	大さじ1と1/3
	赤唐辛子	1本

作り方

- ① 大根は皮をむき1cm角の拍子木切り。胡瓜は4~6つ割り。人参は7~8mm角の拍子木切り。セロリは筋を取り1cm幅に切る。
- ② 材料を合わせ塩をして10分位おく。
- ③ 唐辛子の種を取り小口切り。Aを合わせる。
- ④ 野菜の水気を絞り、Aに30分以上つけ、時々混ぜる。

*早く食べたいときはAを小鍋で煮立て、熱いものをかけて時々混ぜる。

4. 生姜プリン

材料分量

生姜汁	45g分
牛乳	450cc
はちみつ	大さじ1~3
卵	1個
くこの実(水で戻す)	6個

作り方

- ① 生姜はきれいに洗い、皮ごとすりおろして絞り汁を取る。
- ② 鍋に牛乳を入れ、弱火で沸騰させないよう温め、はちみつを加えて溶かし、火からおろして粗熱を取る。
- ③ 溶きほぐした卵と生姜汁を加えて混ぜ、器に流し入れる。
- ④ 蒸気の上上がった蒸し器に入れ15~20分蒸す。くこの実を飾る。

*鍋に器の1/3~1/2の高さに湯を入れ、沸騰後弱火で4分位。火を止め保温しても可。