

「保存食LAB」増本奈穂さん考案レシピ



干し野菜(きゅうり、キャベツ)ときくらげの餃子

材料2人分

きゅうり	1本
キャベツ	3~4枚
きくらげ	1~2枚
豚ひき肉	150g
A 生姜	すりおろし大さじ1/2
にんにく	お好みで
こしょう	少々
砂糖	小さじ1/2
醤油	小さじ1
オイスターソース	大さじ1
片栗粉	小さじ1
餃子の皮	20枚
ごま油	適量

つくりかた

1. きゅうりは幅2、3mmにスライスし、キャベツは1枚ずつはずし約一日天日で干します。乾燥しすぎた場合は10分ほど水で戻し水気を絞って使います。
2. 手順1ときくらげを粗みじん切りにします。
3. ひき肉にAを加え、ねばりが出るまでしっかり混ぜ、野菜を加えてさらによく混ぜ合わせます。
4. 餃子を包みます。
5. フライパンにごま油をひき、餃子を並べて焼きます(途中でお湯を加えてふたをして焼きます)。

※レシピの無断転載禁止