



脇屋シェフ考案 

しいたけとお米の焼売

※ダブルグリル鍋（ビタクラフト製）を使用



材料（4人分）

豚ひき肉	80g
炊き立てご飯	200g
しいたけ(小)	12個
ゆでたけのこ	30g
にんじん	30g
干し貝柱(もどしてみじん切り)	15g
焼売の皮(大判)	12枚
葱油	大さじ1

A：チキンスープ	120cc
しょうゆ	大さじ1
砂糖	大さじ1
酒	小さじ1
B：チキンスープ	大さじ3
オイスターソース	小さじ1½
しょうゆ	小さじ1
酒	小さじ1
砂糖	小さじ1/2
塩	小さじ1/4
胡椒	少々

作り方

- しいたけの軸は石づきを除いてみじん切りにする。たけのこもみじん切りにする。にんじんは5mm角×3cm長さのものを12本作る。
- 鍋にAを煮たててしいたけの傘を入れ、IH「加熱」火力5で4～5分煮る。冷めたら中央に箸で穴をあけ、1のにんじんを差す。
- フライパンに葱油大さじ1を熱して豚ひき肉をIH「加熱」火力5で色が変わるまで炒め、1のしいたけの軸とたけのこ、干し貝柱を順に加えて炒める。合わせたBを加えて少し煮て味をなじませる。
- 3のフライパンにご飯を入れてよく混ぜ合わせ、米に煮汁を含ませる。粗熱が取れるまでおく。12等分にして焼売の皮で包み2のしいたけをのせる。
- 鍋に水200mlを入れて網をのせ、クッキングシートを敷いて焼売を並べる。「グリル（オーブン）」メニュー「160」℃で7分加熱する。
- 皿に盛り付け、ボイルしたスナップえんどう（材料外）を周りに飾る。
※付け合わせはお好みでどんな野菜でも可

