



ぎょうざ

材料

- 皮 強力粉・・・100g 薄力粉・・・100g 黒米粉・・・5g
絹ごし豆腐・・・100g 塩・・・小さじ1 打ち粉・・・少々
- 具 豚挽肉・・・150g キャベツ・・・150g ネギ・・・5cm にんにく1カケ
しょうが・・・1カケ 酒・・・大さじ1 しょうゆ・・・大さじ1/2
塩・・・小さじ1/4 ごま油・・・小さじ2 こしょう・・・少々
サラダ油・・・大さじ1

作り方

- 皮 **1** 強力粉と薄力粉をふるいにかけて、塩、豆腐と混ぜ合わせる。
2 まとまるまで手でこねたら、約30cmの棒状に生地をまとめラップに包んで寝かせる。(夏20分、冬30分)
3 その後24等分に切り分けて、まず、手で円形になるように押し広げ、打ち粉をつけて棒で形を整える。
- 具 **1** キャベツは、ラップをかけて、電子レンジで3分加熱したあと冷ます。
2 にら、ネギ、にんにく、しょうがをみじん切りにする。
3 ボウルに1、2、ひき肉、酒、塩、しょうゆ、塩、ゴマ油、こしょうを合わせて混ぜる。
4 餃子の皮の中央に3の具をのせて包む。