

～猪ミンチ肉を使って～

## 猪肉と野菜の水餃子鍋

材料(約 20 個分)

[餃子あん]  
猪ミンチ肉…250g  
白菜…120g  
白ネギ…15g  
しょうが…ひとかけ  
大和当帰(葉)3枚  
(または青じそ3枚)

[鍋の出汁]  
昆布と干し椎茸の  
戻し汁  
水餃子のゆで汁

[鍋の具材]  
白菜、水菜、白ネギ、  
豆腐、くずきり

[餃子の味つけ調味料]

赤味噌…大さじ1  
ごま油…小さじ 1/2  
コショウ…少々  
紹興酒…大さじ1  
しょうゆ…大さじ2  
ネギ油…大さじ 1/2  
鶏ガラスープ…50mL

[餃子の皮]

薄力粉…150g  
強力粉…50g  
水…90～100mL

ポン酢、辛子醤油



### 作り方

- ① 猪ミンチ肉を解凍する(肉は赤身6:脂身4ならばしっとり、脂身が少ないとさっぱり餃子あんになる)。
- ② ボウルに薄力粉と強力粉を入れ、少しずつ水を加えながら、手で混ぜ合わせる。生地がまとまったら、ボウルに生地をこすりつけるようにこねる。生地を濡れぶきんとラップで包み、常温で休ませる(1～2時間)。
- ③ 白ネギ、しょうが、大和当帰の葉をみじん切りにする。白菜はみじん切りにし、塩(小さじ 1/2 分量外)をふり、しんなりしたら、水気をよくしぼっておく。
- ④ 猪ミンチ肉に餃子の味つけ調味料を順番に入れ、その都度よく混ぜる。鶏ガラスープは数回に分けて加える。猪ミンチ肉に粘りが出てきたら、③の白ネギ、しょうが、白菜を混ぜ、最後に大和当帰を加えてよく混ぜ、ラップをして冷蔵庫で約1時間休ませる。
- ⑤ ②の生地を直径2cmぐらいの棒状に伸ばし、約2cm幅(1個 15gを目安)に切る。切り分けた生地を手で押しつぶし、直径約6cmぐらいに麺棒でのばす(中央より周りは、重ねるので薄くする)。
- ⑥ 皮の真ん中にあん(20g目安)を置き包む。鍋に湯を沸かし、くっつかないように数回に分けて下茹でする。ゆで汁はとっておく。
- ⑦ 別の鍋に昆布と干し椎茸の戻し汁で出汁をとり、⑥のゆで汁と合わせる。具材が煮えたら、最後に⑥の餃子を入れて温め、ポン酢や辛子醤油をつけて食べる。

### MEMO

- ・市販品の餃子の皮を使用する場合は、水溶き片栗粉で2枚を貼り合わせて、麺棒などで押さえる。
- ・酢醤油タレ(しょうゆ大さじ2、酢大さじ1、ごま油少々)で水餃子を食べると美味しい。