

## キャベツシュウマイ



キャベツ	数枚
豚ひき肉	200g～
エビむき身	100g～
塩・コショウ	少々
しょう油	小1
ごま油	小2
酒	小1
生姜すりおろし	小1～
かたくり	小2
グリーンピース	適量

シュウマイの皮の代わりに、キャベツで包んでシュウマイをつくります。

キャベツは、シュウマイが20個くらいできるよう、4～5枚を茹でて、ざるにあげ、冷ましておきます。

エビは、背ワタを取り、適当な大きさに切り、分量外のかたくり(大1)塩(小1/4)水(大1)を混ぜた中で軽く揉んでおきます。かたくりをまぶすのは、エビの臭み等を取り除

く為で、少しおいて、水で洗いながしましょう。ひき肉等調味料を混ぜて、ねばりができれば、エビをいれてまぜます。

キャベツをシュウマイの皮くらいに切り、シュウマイの餡を包んでグリーンピースを載せて、せいろで10～15分蒸して出来上がりです。