

…作り方…

- 1 豆腐をキッチンペーパーで包み、レンジ(600W)で1分30秒加熱し、粗熱をとる。

- 2 たけのこは粗みじん切りにし、シュウマイの皮は5mm幅に切ってバットに広げておく。

- 3 ボウルに豚ひき肉、たけのこ、A、①をほぐしながら入れて混ぜる。大きめ一口大に丸め、シュウマイの皮をつける。



- 4 耐熱皿に千切りしたキャベツ（レタスやもやしなどのお好みの野菜）を敷き、その上に③をのせる。



- 5 耐熱皿全体に水をかけてふんわりとラップをし、レンジ(600W)で8分加熱する。5分余熱で火を通してできあがり。

大きな豚シュウマイ風

…材料(4人分)…

- | | | |
|----------------|-----|----------------|
| ○豚ひき肉 300g | A { | ・片栗粉 大さじ3 |
| ○木綿豆腐 100g | | ・ごま油 大さじ2 |
| ○たけのこ(水煮) 100g | | ・オイスターソース 大さじ2 |
| ○シュウマイの皮 30枚 | | ・砂糖 大さじ3 |
| ○キャベツなどの | | ・塩 小さじ1/2 |
| お好みの野菜 適量 | | |

○水 大さじ2