



たけのこ入り肉まん

ちょっと一言！

・食パンを生地にするため、簡単に作れる子供たちに大好評のメニューです。

(6個分)

材料名	分量
ゆでたけのこ	80g
玉ねぎ	1/2個
しいたけ	2個
豚ひき肉	100g
生しいたけ	4枚
しょうゆ	大さじ2
砂糖	大さじ1
ごま油	大さじ1と1/2
食パン(6枚切)	6枚
水溶き片栗粉	適量
からし	適量
ポン酢	適量

①玉ねぎとしいたけはみじん切り、たけのこは少し大きめの角切りにし、豚ひき肉としょうゆ・砂糖・ごま油をあわせ、ねばりが出るまで混ぜる。

②食パンは耳を切り落とし、片面と側面に水溶き片栗粉をハケで塗る。

③ラップの上に水溶き片栗粉のついた面を下にして置き、中央を少しスプーンでへこませ、混ぜておいたあんをのせる。

④ラップごと四方を持ち上げて丸め、形を整える。

⑤くっついたら、クッキングペーパーを敷いた蒸し器にラップを外してのせて15分蒸す。

⑥お好みでからし、ポン酢をつけて食べる

レシピを作った団体・人

俵山どんぐり(長門市)