



たけのこシューマイ

ちょっと一言!

小学校の子どもたちと掘りたてのたけのこを使っておいしく作りました!
子ども達にも大人気です。

材料名	分量
ゆでたけのこ	100グラム
玉ねぎ	1/2個
豚ひき肉	300グラム
しょうゆ	小さじ2
オイスターソース	小さじ2
酒	小さじ2
卵白	1個分
片栗粉	小さじ3
シューマイの皮	25枚
からし	適宜
ポン酢	適宜

- 1 たけのこ、玉ねぎをみじん切りにする。
- 2 1にひき肉と調味料Aを入れ、混ぜ合わせる。
- 3 卵白と片栗粉を混ぜる。
- 4 2と3を混ぜて、よく練る。
- 5 シューマイの皮に4をのせ、形を整える。
- 6 15分くらい蒸し、お好みでからしとポン酢をつけて食べる。

レシピを作った団体・人

山口県林業研究グループ連絡協議会女性部会
(俵山どんぐり) [長門市]