

# 皮から手作り！えび蒸し餃子

## <材料> 10個分

コーンスターチ	60 g
片栗粉	30 g
熱湯	80 c c
ごま油	小さじ1/2
片栗粉（打ち粉）・サラダ油	各適宜

## ●白身魚あん●

はんぺん	50 g
ラード	5 g
卵白	5 g
片栗粉	小さじ1
ごま油	小さじ1/4
青ねぎ	5 g

## ●えびあん●

むきえび	50 g
片栗粉	小さじ1/2
塩	ひとつまみ
たけのこ	10 g
しょうが	薄切り1枚
ラード	5 g
片栗粉	小さじ1
酒	小さじ1
砂糖	小さじ1/4
ごま油	小さじ1/4

酢	適量
醤油	適量

## <作り方>

### 1. 皮生地を作る

ボウルにコーンスターチと片栗粉を入れて箸で混ぜ、熱湯を一気に加えてよく混ぜる。  
まとまってきたらごま油を加え、台の上でなめらかになるまでこねる。  
ラップに包んでおく。

### 2. えびあんを作る

むきえびは片栗粉と塩で軽くもみ、かぶるくらいの水を加えて汚れを除き、洗って水気を除く。粗みじん切りにする。  
たけのこしょうがはみじん切りにする。  
ボウルにえびとAを入れて粘りが出るまで混ぜ、たけのこしょうがを加えて均一に混ぜる。

### 3. 白身魚あんを作る

青ねぎは小口切りにする。  
厚手のポリ袋にちぎりながらはんぺんを入れ、Bを加えてよく混ぜる。  
青ねぎを加え、均一に混ぜる。

#### 4. 成形する

皮生地を棒状に伸ばし10等分に切る。綿棒やへらを使い、直径8cmくらいの円形に伸ばす。中心は厚く、まわりは薄くすると良い。

へらには油を塗ると生地が付きにくい。

皮の中心にあんを置き、三日月型または貝型に包む。

#### 5. 蒸す

クッキングシートを敷いた蒸し器に並べ入れ、しっかり蒸気が上がったなら強火で焼く10分蒸す。生地に火が通り、半透明になったらできあがり。

#### 6. 器に盛りつけ、酢としょうゆを合わせて小皿に入れ、添える。

#### <MEMO>

- ・成形したもの、または一度蒸したものを冷凍可能。  
凍ったまま蒸してください。



