

ひじきのわんぱくシュウマイ



材 料（4人分）

・ シュウマイの皮（大判）	20枚
・ ひじき	10g
・ 合挽肉	100g
・ ウィンナソーセージ	120g
・ モロヘイヤ	1束

（調味料）

・ 塩、こしょう	少々
・ しょうゆ	大1
・ ごま油	大1
・ 片栗粉	小1
・ 酒	大1
・ おろし生姜	小1

作り方

1. ひじきは十分な水で戻して、ざるにあげ、水気をきっておく。
2. モロヘイヤは、細かく刻み、ウィンナは薄く切っておく。
3. ボールに、合挽肉と を加えよく練り、調味料を加えてさらによく練る。
4. シュウマイの皮で の具を包み、油を引いたフライパンで焼く。
焼き色がついたら、湯を入れてふたをし、蒸し焼きにする。

子ども達の好きな具を親子で一緒に包んでみましょう