

足立敦子先生の親子料理教室

<親子クッキング ワイワイ餃子パーティー>

* 好きに包んで餃子

<材 料>6人分

餃子の皮36枚

A=豚ミンチ200g+白菜微塵切り350g+青葱(微塵切り)1本

+土生姜(微塵切り)20g+塩小さじ 1/2+醤油大さじ1

+ごま油大さじ1+こしょう少々

タレ=ポン酢+醤油+ラー油少々



<作り方>

1. 白菜は塩をふりかけ、してしばらく置いて水分を絞る。
2. 水分を絞った白菜とAを混ぜて具とする。
3. 餃子の皮に合わせて36等分に分けてお好みに包む。(普通の形・三角形・四角形に包む。)
4. アルミホイルに少し油を塗り餃子を 18 個並べて表面に油を塗り、180℃のオーブンで8分～10分程度焼く。
5. フライパンに油を敷き残りの餃子を並べて焼き色がついたら水又はぬるま湯を入れて、蓋をして焼き上げる。
6. それぞれ器に盛ってタレを添える。

* おにぎらず

<材 料>6人分

米 2合…専用土鍋で炊いた物

焼き海苔 3枚

甘塩さけ 2切れ…グリルで焼く

スライスチーズ 3枚

キャベツ 150g…千切り

マヨネーズ適量



<作り方>

1. 敷いたラップの上に焼きのりを置き、御飯をのせて鮭フレーク・チーズ・キャベツをのせてマヨネーズ絞る。残りの御飯をのせて四角に形をつくり、ラップでしっかり包んでしばらく置く。
2. ①を食べやすいサイズに切る。

* ちょっと酸っぱいスープ

<材 料>6人分

豚肉薄切り 80g ……細切り
木綿豆腐 1丁 ……軽く水切りして細く切る
タケノコ 80g ……細切り
乾燥椎茸 3枚 ……〃
青葱 1本 ……小口切り
卵 1 ……ほぐす

A=水4カップ+チキンコンソメ1個

B=塩小さじ2/3+醤油大さじ1+酢大さじ1と1/2+こしょう少々

C=片栗粉大さじ1と1/2+水大さじ3

こめ油少々



<作り方>

1. 鍋に油を入れて豚肉・タケノコ・椎茸を炒めてAを入れて煮る。
2. ①にBをいれ味付けをし、豆腐を入れて少し煮る。Bでとろみをつけ、溶き卵を流し入れて仕上げる。
3. 器に②を注ぎ、青葱をのせる。

* 道明寺粉のみぞれ水羊羹

<材料>6人分

A=水300ml+粉寒天4g+砂糖50g

こしあん150g

B=道明寺粉40g+熱湯(なじむ程度入れてふやかす)



<作り方>

1. 鍋にAを入れて沸騰させた後、Bのふやかした道明寺粉を加えて少し煮る。
2. ボールにこしあんを入れて①を少しずつ注ぎ溶かす。
3. 容器に②を流して冷やし固める。