

# ハクサイの水餃子

材料(10人分)

小麦粉

薄力粉	.....	250g
強力粉	.....	250g
豚挽肉	.....	250g
卵	.....	1個(55g)
ハクサイ	.....	300g
エビ	.....	少量
胡麻油 or 菜種油	.....	大サジ 1(8g)
醤油	.....	50ml
塩	.....	小サジ 1(5g)
ショウガ	.....	5g
サラダ油	.....	少量



作り方

- ①ボウルに小麦粉と 30℃の温水 250ml を入れて混ぜ合わせ、捏ね、やや硬めの生地とし、20 分間寝かせる。
- ②卵は油を使わずに炒り卵にする。
- ③エビ、ショウガ、ハクサイは細かく切る
- ④ボウルに挽肉、③のエビ、ショウガを入れ、胡麻油、醤油、塩を加え、均一になるまで混ぜ、ハクサイと②の炒り卵を加え、混ぜる。
- ⑤①の生地を揉んで柔らかくしてから 60 個の小さな丸い生地に分け、めん棒を使って餃子の皮を作る。餃子の生地は薄くし過ぎないこと、薄すぎると簡単に破れてしまう。
- ⑥餃子の皮を手のひらにとり、小サジを使って肉餡を餃子の皮の中央におき、餃子の皮を二つ折りにし、肉餡を包み、餃子の皮の縁を押さえて付ける。
- ⑦鍋に熱湯を沸かし、⑥の生餃子を入れ、再沸騰したら少量の水を加える、これを3回くり返すと餃子は完全に茹で上がる。
- ⑧茹で上がった餃子を器に盛り、熱いうちに食べる。

