



時短
子どもと作る

エビとホタテのお化けシュウマイ 中華



豆知識

かわいいお化けが食卓にいっぱい!そんな楽しいハロウィンクッキングには、こちらのメニューがおすすめ♪最後の黒いりごまの作業はぜひともお子様と一緒にやりましょう!

Point

濡らしたキッチンペーパーを被せることで、電子レンジでもみずみずしいシュウマイを作れます★

RECIPE

材料 4人分

生むきエビ …… 100g	こしょう …… 少々	■A砂糖 …… 小さじ1/2
ボイルホタテ …… 3個(80g)	■Aオイスターソース …… 大さじ1と1/2	■A片栗粉 …… 小さじ1
鶏ひき肉 …… 150g	■A酒 …… 大さじ2	シュウマイの皮 …… 30枚
玉ねぎ …… 1/2個	■Aしょうがすりおろし …… 小さじ1	黒いりごま …… 適量
塩 …… 少々	■Aごま油 …… 小さじ1	

作り方

- ① 生むきエビは、粗みじん切りにする。ボイルホタテは粗めに手でほぐす。玉ねぎはみじん切りにする。
- ② ボウルに鶏ひき肉、塩、こしょうを入れ、粘りが出るまでよく混ぜる。
①と■Aを加え、さらによく混ぜる。
- ③ 耐熱皿にクッキングシートを敷き、②をシュウマイの皮で1つずつ包み、口を下にして並べる。
- ④ 濡らしたキッチンペーパー、ラップの順で被せ、600Wの電子レンジで5分間加熱する。
- ⑤ 熱いうちに黒いりごまでお化けの顔をつける。

