

enjoy wine, enjoy life

TOKYO WINE PARTY

2018年2月25日（日） 12:00～14:30 神保町

ワイン飲みつつ料理教室（独身ワイン会）

◆カスタマイズ餃子

◆ピリ辛春雨サラダ

◆メンマとクリームチーズの和え物

カスタマイズ餃子

材料（16個分）

豚ひき肉：100g

キャベツ：中2枚（100g）

ニラ：1/6束

ネギ：1/4本

ニンニク・ショウガ：各1/4かけ

塩：少々

ゴマ油：少々

酒：少々

醤油：大さじ1

オイスターソース：大さじ1

サラダ油：大さじ1

水溶き片栗粉：水100cc+片栗粉小さじ1/2

餃子の皮：16枚

A

作り方

<餃子あん>

①キャベツ・ニラ・ネギは粗みじん切りに、ショウガ・ニンニクは細かくみじん切りにする。

②キャベツに塩少々をまぶす。15分置いて水分を出しぎゅっと絞る。

③ボウルに豚ひき肉を入れAを入れて練り混ぜる。下味がついたら①を加えて練り合わせる

④餃子の皮を左手に持ちあんを中央にのせて包んでいく。入れすぎると失敗するので量は控えめに。

⑤ひだを作りながら両面を貼り合わせる

<焼き工程>

①フライパンを熱し、サラダ油を入れて餃子を並べる。置いたときに「ジュッ」と音がするくらいの温度がベスト。

②水溶き片栗粉を回し入れ蓋をしてフライパンで蒸し焼きにする（中火で約7分間）。

③蓋を外し、3分間焼いて水分を完全に飛ばす。焼き目がこんがりとなっていたら火から外す。

④ぬれぶきんの上にフライパンを10秒ほど乗せる。※この工程でフライパンからはがれやすくなる。

⑤フライ返しで餃子をはがし皿に盛る。

ピリ辛春雨サラダ

材料（2人分）

大根：6cm（約120g）

にんじん：1/3本

きゅうり：1本

もやし：50g

春雨：50g

塩：少々

ねぎ 5cm

しょうがのすりおろし 1かけ分

白いりごま 大さじ1

粉唐辛子 小さじ1

（なければ一味唐辛子少々）

砂糖 小さじ1

しょうゆ、酢 各大さじ1

ごま油：小さじ2

【A】

作り方

①大根、にんじんは皮をむき、きゅうりとともに、それぞれ長さ6cmの細切りにする。ボールに大根、きゅうりを入れて塩少々をふり、5分ほどおいて水けを絞る。ねぎはみじん切りにし、残りのAの材料を加えて混ぜ合わせる。

②鍋に湯を沸かし、春雨を入れて袋の表示時間どおりにゆでる。ゆで上がる1分ほど前に、にんじん、もやしを加えていっしょにゆで、ざるに上げて水けをきる。

③ボールに、大根、きゅうり、春雨、にんじん、もやしを入れて混ぜる。Aを回しかけ、全体をよく混ぜる。

④最後にごま油で絡める

メンマとクリームチーズの和え物

材料（2人分）

- メンマ 100g
- ・ クリームチーズ 30g
- ・ ゴマ油 小さじ1
- ・ 万能ネギ 適量
- ・ 食べるラー油 or ブラックペッパー お好みで

作り方

- ①クリームチーズを1cm角に切り、メンマとごま油で和え、小口切りにした万能ネギをかける。
- ②お好みで食べるラー油、ブラックペッパーをふる。