

エントリーシート

作品名	焼き小龍包と中華風サラダ		
			
作品に関するコメント	【なぜ今回の作品を創造しエントリーしたか？】 中国では小龍包は蒸すものとして食べられていますが、しかし蒸す時、時間がかかり過ぎて、焼くのは半分の時間もかからない。焼いても食べられるのではないかと、作りました。 小龍包、餃子などこういった面点を食べる時欠かせないのはサラダ、この二品があれば、食事も順調に進める。 中国の家庭料理の味もみんなに食べていただきたいです。 【自分が工夫した点、アピールしたい点】 小龍包の下の方の焼いた部分の色をうまく把握することが難しい。 サラダの酸っぱさ、辛さと甘みの調和。 サラダの種類は多いですが、鉄分を補う最高の食材昆布、栄養いっぱいのきのこを使うこと。		
食 材 (2 人分)	茼 一 束 豚挽肉 150g エビ 5・6尾 エノキ茸 150g 切り昆布 100g 胡瓜 1 本	マリーン 50g 大 蒜 唐辛子 薄力小麦粉 塩 醤油	味の素 お酢 砂糖 水 麺棒を用意すること

調理方法	薄力小麦粉で皮のキジを作っておくこと。茱とエビを刻んで、エビだけ先にあじをつける、醤油を少し入れ忘れないこと。その後挽肉と一緒に混ぜて、味をつけ、餡を作る。 小龍包を作って、事前に油を入れたフライトパンの中に、直接に入れる。焼きを始める、鍋を熱くなったら、水を入れる。小龍包の半分くらいを埋めればいい。水がなくなったら、出来上がりです 小龍包の材料を準備する同時に、お湯を沸いておく、沸いたお湯の中にエノキ茸を入れる、再び沸いてくるときに、エノキ茸を取り出す。冷たい水で洗い、水を切る。 小龍包を焼いている間に次の作業をする。
調理時間 (約 45 分)	唐辛子でラー油を作る。 胡瓜を千切にして、エノキ茸、昆布、マリーン、大蒜おろし、ラー油と一緒に混ぜて、塩、味の素、お酢、砂糖を使って味をつける。