

食パンで作る！簡単もちり肉まん！

【材料：6個分】

- 豚肉小間切れ 100g ●ゆでタケノコ 80g
 - タマネギ 1/4個 (100g)
 - 食パン1袋 (6枚切) ●水溶き片栗粉 (片栗粉 40g、水 120ml)
 - 水 (蒸し用) 200ml
- <調味料A> ●オイスターソース 大さじ2 ●甘酒 大さじ3
●ゴマ油 小さじ1 ●おろしショウガ 少々 ●コショウ 少々

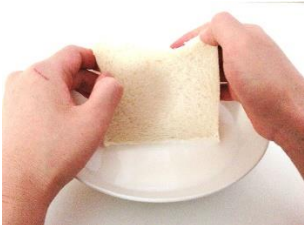


【作り方】

1. 豚肉、タマネギ、タケノコを切って、ボウルに入れ、調味料Aをすべて入れて練って、6等分にする。



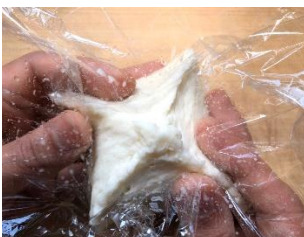
2. まな板の上にラップをしいておく。
3. 水溶き片栗粉を作る。
4. 食パンの片面と側面に水溶き片栗粉をサッとを付ける。



5. まな板のラップの上にパンを置く。パンの真ん中をスプーンの背で押し、くぼみを作って、肉ダネをのせる。



6. 食パンの4つ角を引き寄せて、つまんで、くっつける。



7. ラップごと茶巾絞りにする。具が見えてる箇所は再度、つまんでくっつける。



8. フライパンに水を入れ、平らな皿を置き、その上にクッキングシートを敷いて、ラップを取った肉まんを並べる。



9. はみ出したクッキングシートを切る。点火し最初は強火、沸騰したらフタをして、弱めの中火で12分、蒸し上げて完成。