



ワタナベマキ
季節感を大切にしたい、センスの光る家庭料理と、自然体のライフスタイルが人気の料理研究家。乾物料理にも定評がある。大の乾しいたけ好き!

ワタナベマキの

乾しいたけで

旬ごはん

滋味深く、しみじみ

おいしい乾しいたけ。

旬の食材と組み合わせ、

乾しいたけのもち味を

最大限に引き出す

シンプルレシピを

お届けします。

今月は

しいたけと

とうもろこしのシユウマイ



ジューシーな肉だねの中には

うまみを含んだしいたけがたっぷり!

とうもろこしの食感がアツセントです。

主材料(2人分)

乾しいたけ(香信)^{シロシロ}..... 3枚

豚ひき肉..... 200g

とうもろこし..... 1/2本

玉ねぎ..... 1/3個

シユウマイの皮..... 12~14枚

A 酒、しょうゆ、ごま油、

かたくり粉..... 各小さじ1

塩..... 小さじ1/4

作り方

1 乾しいたけはジッパーつき保存袋に入れて水150mlを注ぎ、冷蔵庫にひと晩おいてもどす。

2 ①のしいたけは汁気を絞り、粗みじん切りにする。もどし汁は大きじーをとりおく。

3 とうもろこしは実をそぐ。玉ねぎは粗みじん切りにする。

4 ひき肉に②のしいたけともどし汁、③、Aを加えて粘りが出るまでよく混ぜる。シユウマイの皮で等分に包み、蒸気の上がった蒸し器で12分ほど蒸す。練り辛子や酢しょうゆをつけていただく。

Point



乾しいたけのうまみのしみ出たもどし汁も、肉だねの下味に利用します。

