



ひき肉で  
アレンジ餅レシピ♪

## マーボー餅



### 材 料 (4人分)

豚ひき肉	100g
切り餅(1個50g)	6個
ねぎ	1/2本
にんにく	1片
塩こしょう	少々
中華スープの素	小さじ2
水	300cc
水溶き片栗粉	水、片栗粉 各大さじ1
ごま油	適量
【A】混ぜ合わせておく	
味噌	大さじ1
しょうゆ・味噌辛子・ケチャップ・みりん	各小さじ1
酢	小さじ1/2



### 作 り 方 (調理時間 約25分)

- ① 餅を2センチ角に切り、魚焼きグリルに入れ、弱火で表面がキツネ色になるまで約7分焼く。
- ② ねぎは小口切り、にんにくはみじん切りにする。
- ③ ひき肉に塩こしょうを振り、ごま油をひいたフライパンでひき肉とにんにくを炒める。
- ④ ひき肉に火が通ったら、水、中華スープの素、【A】を加える。沸騰したら火を止め、水溶き片栗粉を入れて再度火をつけ、強火で混ぜ合わせてとろみをつける。
- ⑤ とろみがついたらねぎを加えて素早く混ぜ、火を止めてから小さじ1程度のごま油を回し入れる。皿に盛り付けておいた①にかけて完成。