



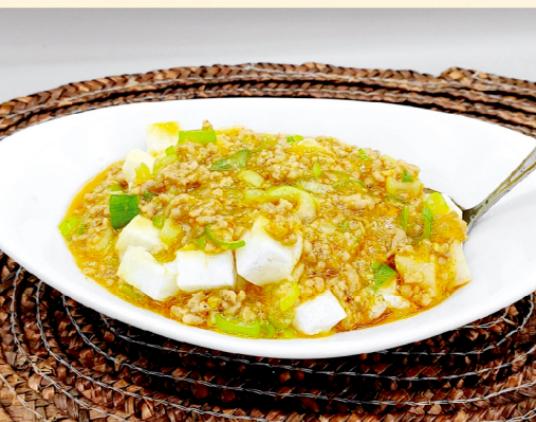
ひき肉で
アレンジ餅レシピ♪

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)

- 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。
- ねぎは小口切り、にんにくはみじん切りにする。
- 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。
- 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。
- 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。