

サバのシューマイ



材 料 (4 人 分)	サバ	1尾	塩	少々
	玉ねぎ	半分	黒コショウ	少々
	しいたけ	1個	ゴマ油	小さじ1
	ショウガ	1片	お酒	大さじ1
	シューマイの皮	20枚	しょう油	小さじ1
			片栗粉	大さじ2

- 作
り
方
- (1) サバは3枚におろしてたたく。
 - (2) 玉ねぎ、しいたけ、ショウガはみじん切りにし、片栗粉を玉ネギにまぶす。
 - (3) (1)に調味料を入れ粘りが出るまで混ぜる。
 - (4) (3)に(2)を入れ、更に混ぜる。
 - (5) (4)を20等分にして、シューマイの皮で包む。
 - (6) 蒸し器に入れ、強火で10分程度蒸す。

一
口
メ
モ