

夏野菜焼売

衣)		具) 個20g		調味料	
ズッキーニ	150 g	豚ミンチ	450 g	塩	6 g
セロリ	100 g	玉葱粗みじん	150 g	うま味調味料	10g
枝豆	150 g	生姜みじん	10 g	砂糖	13g
ホールコーン	150 g	片栗粉	大匙 1 杯	胡椒	少々
片栗粉	小匙 2 杯			ごま油	少々

衣)

- ①ズッキーニ、セロリは5mm角に切る
- ②枝豆は粗みじんにコーンはバラしておく
- ③ボールに合わせ小匙2杯の片栗粉をまぶしておく

具を作る

- ①セロリ、ズッキーニを5mm角に切る。枝豆、ホールコーンとボールに合わせ片栗粉大匙1杯を絡め合わせる
- ②ボールに豚ミンチを入れ、玉葱粗みじん、生姜みじんと味料を加え練り合わせ、
 - ①を合わせ練り合わせる、30個（約22g）に分ける

仕上げる

- ①衣の野菜をうすいバットにひき、小分けした具を転がし全体に付け丸く成形する
- ②蒸籠に並べ10分蒸す