

男子料理道場25 山菜香るジューシー小籠包

◆材料(2人分)

◎餡

豚挽き肉	100g
豚背油	50g
山菜	80g
しょうが	10g
砂糖	5g
塩	3g
胡桃	20g

○鶏油

鶏皮	400g
長ネギ(青部分)	1本分
生姜	20g
サラダ油	100ml

◎ゼリー

豚挽き肉	100g
鶏ひき肉	50g
長ネギ(青い部分)	1本分
しょうが	20g
水	200cc
ゼラチン	15g
紹興酒	15cc

◎皮

強力粉	80g
薄力粉	25g
米粉	20g
熱湯	80cc
砂糖	10g
塩	3g

◎タレ

○黒酢タレ

黒酢	20cc
醤油	15cc
ハチミツ	10g
紹興酒	20cc

○黒ゴマタレ

黒ゴマペースト	30g
醤油	15cc
はちみつ	10ml



◆作り方

【ゼリーを作る】

- 鍋に、豚挽き肉、鶏ひき肉、水を入れ、ドロドロになるまで混ぜる。
- ねぎ、しょうがを加えて煮沸させ、弱火で20分ほど煮込む。
- 火を消し、材料が底に沈んだらキッチンペーパーで静かに漉す。
- 出来上がった中華出汁と紹興酒を再び鍋に入れ、煮沸したら火を消し、ゼラチンを入れて溶かす。
- 液体をバットなどになるべく薄く入れ、冷蔵庫で30分ほどで冷やし固める。

【皮を作る】

- 強力粉、薄力粉、米粉、砂糖をふるいにかけて、菜ばしで混ぜながら熱湯を少しずつ注ぐ。
- ある程度塊になったら手でこね、作業台に打ち粉をし、つやが出るまで30回以上練る。
- 出来上がった生地を袋に入れ、10～20分休ませる。
- 休ませた生地を棒状に伸ばし、15～16gほどに分ける。
- 丸く整形した生地を麺棒で、中心を厚くするように伸ばす。

【鶏油を作る】

- フライパンに材料を全て入れ、弱火で20分ほど煮出す。
- キッチンペーパーで漉す。

【餡を作る】

- 豚挽き肉、を常温に戻しておき、刻んだしょうが、茹でて刻んだ山菜、砂糖、塩を入れてよく混ぜる。
- 餡とクラッシュしたゼリー、鶏油を混ぜ、冷蔵庫で1時間ほど冷やし固める。

【タレを作る】

- 黒酢タレ
・材料を全て手鍋に入れ、3分の2量くらいまで煮詰める。
- 黒ゴマタレ
・材料を全て混ぜる。

【小籠包を作る】

- 冷やした餡を25g程度に分ける。
- 皮で、汁こぼれないようにしっかり包む。
- せいろを用意し、クッキングシートをしたら入れて、7～8分ほど蒸し上げる。
- タレをココットに入れて盛り付け、完成。