

# 磯の香り焼売

ひじきをまとった  
磯の香りいっぱいの焼売です。  
冷めてもおいしくいただけます。  
海草と肉の組み合わせは、  
日本だからこそ！



エネルギー量	1,872kcal	原価	1,410円	アレルギー	—
食塩相当量	11.8g	想定売価	480円 (1パックあたり)	表示義務のある特定原材料(7品目)に該当するアレルギー。	

※エネルギー量、食塩相当量、原価は約1,000gあたり。

## 材料

できあがり量 約1,000g



- A 肉団子の材料**
- 豚ひき肉.....400g
  - 鶏ひき肉.....400g
  - ねぎ(みじん切り).....50g
  - しょうが(みじん切り).....5g
  - しょうゆ.....36g
  - オイスターソース.....18g
  - 酒.....18g
  - 塩.....2g
  - 砂糖.....1g
  - ごま油.....3g
  - かたくり粉.....18g



- B まぶす材料**
- ひじき(乾燥).....35g
  - にんじん(皮付き).....30g
  - いりごま.....9g

- C トッピング**
- コーン.....8g
  - かたくり粉.....3g

## 作り方

調理時間 約30分

### 1 肉団子にまぶす具材の準備

ひじきは水で戻しておき、にんじんは2~3cm長さくらいにせん切りにしておく。  
ボウルに水で戻したひじき、にんじん、いりごまを入れて混ぜ合わせる。



### 2 肉団子の準備

肉団子の材料Aをすべてボウルに入れ、よく混ぜる。

肉団子のタネに水を少し加えるとやわらかくできます。



### 3 肉団子を作る

2のタネを1ケを35gずつに丸くし、肉団子を作る。



### 4 肉団子に1をまぶす

3の肉団子を1のボウルに入れ、ひじきやにんじんをまぶしながら丸く形を整える。

### 5 蒸す

コーンにかたくり粉をまぶして焼売の上にトッピングし、10分ほど蒸す。

焼売は間隔をあけて並べます。



## 料理のポイント

- 周りについたひじきが肉汁を焼売にとじ込めてくれます。
- ひじき、にんじんをまぶした見た目にインパクトがある一品です。

## ちょっとアレンジ

- 肉団子の中に、みじん切りにしたエビを加えたり、外側にまぶす材料をもち米に変えてもおいしいです。