

メニュー名

門松と鏡餅

学校名: 栃木県立鹿沼 高等学校

氏名: 米木 楓滴巴

PR文(200字以内)

～感謝の気持ちを届けよう～

私からのメッセージ

おせち料理が苦手な家族にお正月気分を味わってもらうためにこのレシピを考えました。

生春巻きは門松を、中華まんは鏡餅をイメージしてみました。

男手1つでここまで育ててくれた父と温かい目で見守ってくれる家族に感謝を伝えたいです。



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント
<生春巻き> 生春巻きの皮 アスパラガス 塩 冷凍むきエビ 水菜 きゅうり アボカド スイートチリソース マヨネーズ	2枚 4本 ひとつまみ 6尾 1本 1/2本 1/2コ 適量 適量	① アスパラガスと冷凍むきエビをゆでる。 アスパラガスは塩ひとつまみを入れ1分間。 ② 水菜は10cm、きゅうりは細く長くせん切り、アボカドは角切り アスパラガスは半分に切って先の方を斜めに切る。 ③ 水でぬらした生春巻きの皮の上に全てのせて皮が伸びるようになったら きつく巻いてく。 ④ ③を食べやすい大きさに切り、スイートチリソースとマヨネーズの上に立てる。
<肉まん> 一皮- ☆薄力粉 ☆強力粉 ☆砂糖 ☆塩 ☆サラダ油 ☆ドライイースト ぬるま湯 一具- 豚ひき肉 玉ねぎ バター たけのこ オイスターソース しょうゆ ごま油 酒 砂糖 鶏がらの素 塩こしょう 食紅(黄)	100g 100g 15g ひとつまみ 大さじ1 3g 100cc 100g 1/4コ 5g 10g 大さじ1/2 大さじ1/2 大さじ1/2 大さじ1 小さじ1 少々 少々 適量	① 皮の材料の☆をボールに入れる。ドライイーストは最後に入れる。 ドライイーストにぬるま湯をかけ、5分ぐらいよくこね、ラップをする ② ①を電子レンジの発酵機能をつかって40℃ぐらいの温度で約20分。 生地が倍の大きさになるまで。 ③ 玉ねぎはみじん切りしてバターを耐熱容器に入れラップをして600wで 1分加熱する。 ④ たけのこをみじん切りにして具の材料をすべて入れて混ぜる。 ⑤ ②でふくらんだ生地を5等分する。 その中の1つに黄色の食紅を練りこんで色を黄色にする。 ⑥ 等分した生地を丸く伸ばし、④の具をゴルフボールぐらいにして生地の上 のせて包む。とじめが開かないようにギュッと閉じる。 ⑦ クッキングシートを肉まんの大きさに合わせて切り、下に敷く。 ⑧ 蒸し器で約15分蒸す。