

☆きゅうしょくレシピ35☆

【にくだんごのもちごめむし】

(ざいりょう)

(4にんぶん)



ぶたひきにく	120グラム
★たまねぎ	80グラム・・・みじんぎり
★あぶら	すこし
おろししょうが	3グラム
さけ	8グラム
さとう	4グラム
しょうゆ	4グラム
しお	すこし
かたくりこ	20グラム
もちごめ	40グラム・・・まへのひからみずにつけておく



(つくりかた)

- 1 (★のざいりょうでいためたまねぎをつくる。)なべにあぶらをひき、たまねぎをいためる。おさらにとりだしてさましておく。
- 2 ボウルに、ぶたひきにくをいれてこねる。
- 3 2に、1のいためたまねぎ、おろししょうが、さけ、さとう、しょうゆ、しお、かたくりこをいれてよくまぜあわせる。
- 4 だんごにまるめ、まわりにもちごめをつける。
- 5 ようすをみながら20ぷんくらいむす。