

生姜づくしのロールキャベツレシピ



材料（4人分）



【A】

豚ひき肉	400g
生姜すりおろし	小さじ 4
生姜のみじん切り	1/4個
キャベツの芯のみじん切り	適量
パン粉	大さじ 4
酒	大さじ 4
塩胡椒	適量

【B】

丸鶏がらスープの素	20g
にんじん	適量
ねぎ	適量
生姜すりおろし	小さじ 8
水	1200ml

作り方

- ①キャベツの葉の芯を平らになるように削ぐ。
削いだ部分をみじん切りにする。葉の部分は鍋に浸かるぐらいの水を入れ、沸騰させたところに入れる。 キャベツの葉は 8 枚使います
- ②生姜を一つすりおろす。余ったところをみじん切りにする。
すりおろしが 60 g、みじん切りが 20 g
- ③【A】をボウルに入れて混ぜる。
- ④【B】を鍋に入れ、混ぜながら加熱する。
- ⑤キャベツの葉で【A】を包み、 Pasta で串止めをして④に入れ、蓋をして弱火で 10 分加熱する。



ハニーレモンのジンジャーカスタードピザ



材料(4人分)

カスタード

- ・卵 1個
- ・砂糖 30g
- ・薄力粉 20g
- ・牛乳 100g

レモンジンジャージャム

- ・囲い生姜 50g
- ・マイヤーレモン 50g
- ・砂糖 50g
- ・はちみつ 12g

ピザ

- ・市販のピザ(19cm) 2枚
- ・ジンジャーカスタード 全量
- ・レモン 1/4個
- ・アーモンドスライス 適量
- ・タイム 適量

作り方

レモンジンジャージャム

- ①生姜は皮をむいて粗みじん切りにする。
レモンは皮をむかずにイチヨウ切りにする。
- ②鍋に生姜、砂糖、水50ccを入れて火にかける。弱火で10分ほど煮たら、レモンを加えてさらに10分ほど煮る。
- ③はちみつを加えて2~3分煮て、ゆるくとろみがついたら完成。

カスタード

- ①耐熱ボウルに卵、砂糖、薄力粉を入れて混ぜ、牛乳を少しずつ入れて混ぜる
- ②電子レンジ600Wで1分かけ、一度かき混ぜ、さらに1分加熱する。
*様子を見ながら加熱する
- ③カスタードを混ぜ、レモンジンジャージャムも入れて混ぜる。

ピザ

- ①レモンはスライスし、4等分の大きさのイチヨウ切りにする。
- ②ピザ生地にカスタードを塗り広げる。
- ③レモン、アーモンドスライスを満遍なく乗せる。
- ④240℃オーブン or 1000Wのトースターで10分加熱する。
- ⑤焼き色が付いたらピザを取り出し、タイムを盛り付ける。
- ⑥お好みでメープルシロップをかけて召し上がれ！

コツ・ポイント

ピリツと感じる生姜の辛みと、レモンの爽やかさが甘いカスタードと合わさってやみつきに！スライスアーモンドがあれば香ばしさと食感をプラスでき、もっとおいしくなります！

大葉とみょうがの薬味シュウマイ



【材料(4人分, 30個分)】

木綿豆腐	200g	【調味料】	
鶏ひき肉	200g	しょうが(おろし)	6g
むきエビ(生)	90g	オイスターソース	15g
シュウマイの皮	30枚	片栗粉	15g
みょうが	90g	酒	13g
大葉	5枚	塩	1g
		醤油	5g

【タレ】

ボン酢or昆布つゆ	} …お好みの量
みょうが	
大葉	

- ①豆腐はペーパータオルに包んで耐熱容器にのせ、600wの電子レンジで3分加熱し、15分おく。
- ②最後に上に乗せる用のエビ約10gを0.5cmの長さに切る。残ったむきエビを粗みじん切りにする。
- ③みょうがは半分をみじん切り、半分を繊維に沿って切り、半分の長さに切る。
- ④大葉はみじん切りにする。
- ⑤ボウルに鶏ひき肉を入れ、豆腐、むきエビ、みょうが、大葉、調味料を加えてよく混ぜ合わせる。シュウマイをつつむ。クッキングシートをひいた蒸籠の上にシュウマイを並べ、中央にエビを一切れのせる。

～蒸籠で蒸す場合～

沸騰した鍋の上に蒸籠をおいて蓋をし、弱火で15分蒸す。
(千切りしたみょうが(分量外)を入れて蒸すのがおすすめ)

～フライパンで蒸す場合～

フライパンに白菜(分量外)を敷き、シュウマイを並べる。
鍋肌から水(分量外)を約2cmの深さまで注ぐ。
フライパンに蓋をして中火にかけ、沸騰したら弱火で10分ほど蒸す。
途中で水が少なくなったら、足しながら加熱する。
フライ返しで白菜ごと鍋から器に移す。
⑥たれをつけて召し上がれ!

みょうがの葛寄せ



材料(4～5個分)

みょうが	3個分
本葛	40g
豆乳	500ml
塩	0.6g

作り方

- (1)みょうがを粗みじん切りにする。
- (2)ボウルに葛粉、冷たい豆乳、塩を入れよく混ぜる。
- (3)小鍋に濾し器を置き、混ぜたものを入れる。
- (4)強火でゆっくり鍋底からかき混ぜる。
- (5)とろみが出てら火を弱めて焦げないように混ぜ続ける。
- (6)弾力のあるのり状になるまで練り上げたら、みょうがを加える。
- (7)小さな器にラップを敷いて4～5等分にして入れ、茶巾絞りにして、輪ゴムでとめる。熱いうちに形を整える。
- (8)氷水で粗熱をとり、冷蔵庫で約1～2時間ほど冷やし固める。
- (9)ラップを外して器に盛り付ける。

お塩をかけて召し上がれ!