

(1) ~小籠包おむすび~

【材 料】 豚ひき肉 500g、生姜みじん切り 50g、ニンニク 20g、  
しょうゆ大さじ2、甜麺醬（テンメンジャン）大さじ3、  
酒大さじ1、オイスターソース大さじ1、胡椒少々、胡麻油少々

【作り方】 ① 鍋に油をひいて熱し、豚ひき肉 500g を入れて、白っぽくなる  
まで中火で炒める。

② 他の材料全てを鍋に入れて炒め、仕上げに胡麻油を入れてバット  
にあけて冷ます。

③ 温かいご飯の中に②の具材を入れて小籠包おむすびにする。

(2) ~豚の角煮・茄子と枝豆のおむすび~

【材 料】 豚の角煮、茄子、枝豆、白だし 50 cc、水 200 cc

【作り方】 ① 茄子を焼いて焼き茄子を作り、冷めてから皮をむく

② 鍋に白だし 50 ccと水 200 ccを合わせてひと煮立ちさせて、バット  
に入れて冷まして、一口大に切った①の茄子を漬けて一晩おく。

③ 温かいご飯の中に、豚の角煮、②の茄子、軽く塩ゆでした枝豆を  
入れて、おむすびにする。

(3) 各おむすびの写真



小籠包おむすび



豚の角煮、茄子と枝豆のおむすび