

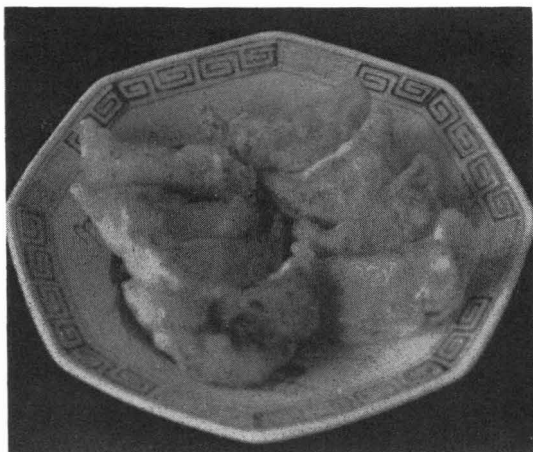
琉球大学学術リポジトリ

こんな料理を食卓にどうぞ

メタデータ	言語: 出版者: 琉球大学農家政学部 公開日: 2011-06-23 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 翁長, 君代, Onaga, Kimiyo メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/20.500.12000/20667

こんな料理を食卓にどうぞ

ぎょうざ



材 料

豚ひき肉……………200g ねぎ(みじん切) 大5
 あ 茹キヤベツ(みじん切)大7 にんにく(ク)…1片
 シヨウガ(ク)…小1 塩……………小 $\frac{1}{2}$
 ん 醬 油……………大1 胡 麻 油……………小2
 味の素……………少々

皮 { メリケン粉……………2カップ
 温 湯…………約 $\frac{1}{2}$ カップ

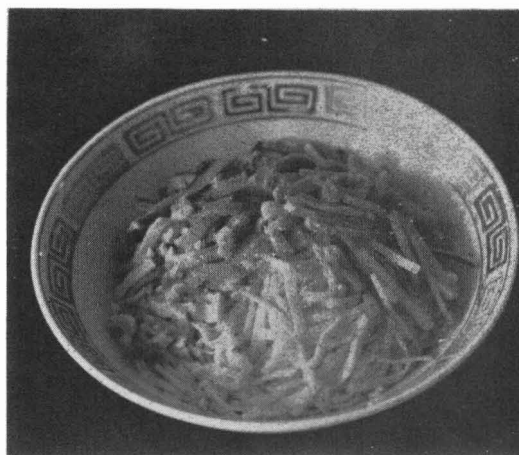
ラ ー ド……………大3 酢、醬油、辛子

作 り 方

1. メリケン粉をボールに入れ温湯を加えて十分に混ぜ、メリケン粉の打粉をし乍らよくこねる。
2. 1を細くのばして小さく切り、1枚づつにのばしておく(又は1を俎板の上で麵棒でうすくのばし缶のふた等で丸くぬいておく)
3. 肉あんの材料を合せてよく混ぜ合せておく。(ねぎの代りに玉葱を使う時は水気を切って入れる。茹キヤベツもきざんで水気をしぼって入れる)

4. 皮の中に肉あんを入れて包み、フライパンにラードを多目に入れて焼く。
5. 肉あんに火を通すため途中で、さし湯をして鍋にふたをしてむし焼にする。
6. 酢、醬油、辛子を用意して熱い中に頂く。

冷しそば



材 料

茹そば又はそうめん……………5人前
 豚 肉……………200g
 { 醬 油……………大1
 { シヨウガ汁……………少々

玉 子

 { 塩……………小 $\frac{1}{2}$
 { 砂 糖……………小1
 きうり……………小1本
 椎 茸……………3枚
 { 醬 油……………少々
 { 味の素……………少々

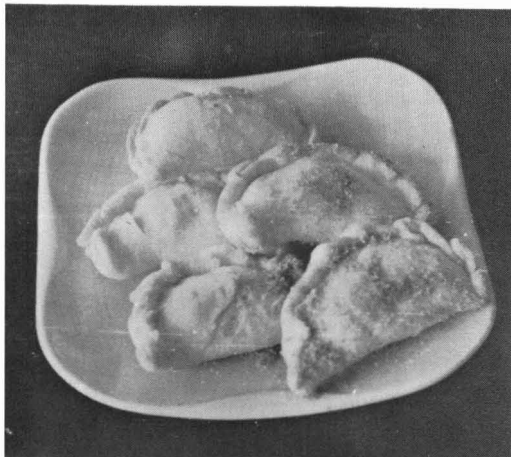
さらしねぎ.....大3

- 出し.....5カップ
- 塩.....大1
- 醤油.....大3
- 味の素.....少々
- 酢.....大2

作 り 方

1. 茹そば又は茹そうめんを冷しておく。
 2. 豚肉は醤油とシウガ汁をふりかけてしばらくおき、後少量の油で焼いて糸切りにする。
 3. 椎茸はもどして糸切りにし、淡味をつけておく。
 4. 玉子は調味して、うす焼を4枚作り、糸切りにする
 5. きうりは板ずりにして熱湯をくぐしてから線切にする。
 6. さらしねぎを用意する。
 7. 出しに調味して冷しておく。
 8. 丼にそばを入れて上に2、3、4、5、をかざり出しをかける。
- 酢は好みによって入れる

支那まんじゅう



あ ん

- 水..... $\frac{1}{2}$ カップ
- 黒砂糖.....1カップ
- 塩.....小1
- さらしあん..... $\frac{1}{2}$ カップ
- ラード.....大2
- 干ぶどう.....大3
- ピーナツ.....大5
- 黒ごま.....大5

皮

- メリケン粉.....2カップ
- ラード.....大1
- 玉子.....1コ
- 砂糖.....大4
- 塩.....小 $\frac{1}{2}$

作 り 方

1. 水の中に黒砂糖を入れて火にかけ砂糖がよくとけたら塩とさらしあん、ラードを入れてねる。
2. 干ブドウ、ピーナツ、黒ごまを俎板の上で切っておく。
3. 1のあんの中に2のものをに入れてよく混ぜ合せ、広げて冷ましておく。
4. メリケン粉にラードをもみこんでおく。
5. 玉子、砂糖、塩をよく混ぜた中に4のメリケン粉を入れてよく混ぜる。
6. 俎板の上に打粉をしいて5を麵棒でのばし、ぎょうざの皮の様に型でぬく。
7. 6の皮で3のあんを包み油で揚げる。

(翁長君代)