

✧ マナちゃんの肉まん ✧

ホットケーキミックスで肉まんも簡単にできます。

ホットケーキ
ミックスの
おかし



中にシウマイや餃子の残った具などを入れてもいいですね。



- 材 料** (6個分)
- ホットケーキミックス — 150g
 - 牛乳 — 60ml
 - サラダ油 — 大さじ1
- [肉まん種]**
- 豚挽肉 — 120g
 - 長ねぎ(みじん切り) — 適量
 - 溶き卵 — 大さじ1
 - 塩・コショウ、しょうゆ — 各少々
 - 片栗粉 — 大さじ1/2
 - ごま油 — 小さじ1



作り方

- ① ボウルにホットケーキミックスを入れ、牛乳、サラダ油を加えて混ぜ、ひとまとまりになったら、ラップをかけ、冷蔵庫で約30分休ませます。
- ② 肉まん種の材料を合わせて練り、6等分にし、丸めます。
- ③ ①を6等分にして丸め、薄くのばし、②を入れて包みます。
- ④ ③をクッキングシートを敷いた耐熱の器に並べ、フライパンに入れます。
- ⑤ フライパンに水を耐熱の器の半分の高さまで入れます。
- ⑥ ⑤を火にかけ、沸騰したら、ふたをし、中火にして約10分蒸します。