



# 館山クッキング大使 川上文代の 地産地消レシピ

川上先生ブログ <http://ameblo.jp/fumiyokawakami>



## No.107 いのししの茄子ギョーザ

材料(2人分)

- ◆茄子 2本 ◆小麦粉 大さじ1
- ◆サラダ油 ◆飾り(パクチー)
- ◆つけだれ(醤油、酢、ラー油)

A

- ◆イノシシ肉ひき肉 200g
- ◆長ねぎ 大さじ3(粗みじん切り)
- ◆にんにく 小さじ1(みじん切り)
- ◆しょうが 小さじ1(みじん切り)
- ◆椎茸 1枚(粗みじん切り)
- ◆塩 小さじ1/4
- ◆醤油 小さじ1 ◆酒 小さじ1



### <作り方>

1. 茄子は、へたを落とし、2mm幅に縦長に切り、分量外の塩をまぶす。10分してしんなりすれば、塩を洗い流して水分を取り、小麦粉をまぶす。
2. ボウルにAを入れて混ぜ、茄子の枚数に合わせて等分する。茄子で包んで、楊枝で留める。
3. サラダ油を熱したフライパンに並べて、蓋をして蒸し焼きにして、両面こんがり焼く。
4. 楊枝を抜いて器に盛り、つけだれを添える。



### ワンポイントアドバイス

- ・なすに塩をまぶしてしんなりさせると、茄子が割れずに詰め物を包むことができます。
- ・塩をまぶすことにより、茄子のあくが抜け、水で洗うことにより、塩分も調節できます。
- ・添えているパクチーと一緒に食べると、爽やかでジビエの香りが気になりません。

