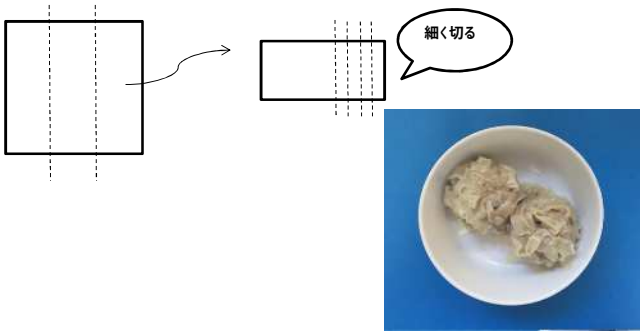
変わりシュウマイ			(幼児１人分の分量)　＊大人は２倍にしてください
材　料	分　量	備　考	作　り　方
豚ひき肉(もも)	40ｇ		①干椎茸は水で戻してみじん切りにする。玉ねぎもみじん切りにし、干椎茸と一緒に片栗粉の半量をまぶしておく。 ②ひき肉に①と生姜のしぼり汁、残りの片栗粉と調味料を加えてよく混ぜ合わせ、シュウマイのタネを作る。 ③シュウマイの皮を細く切って、バラバラにする。(1/3又は1/2に切ってから細めの短冊に切ると、蒸してから固くなりにくい) ④②を丸めて③の皮をまぶし、蒸す。 ※シュウマイの皮が菊の花のように仕上がる。 
玉ねぎ	10ｇ	みじん切り	
干椎茸	0.3ｇ	〃	
片栗粉	2ｇ		
生姜	0.3ｇ	しぼり汁、タネ調味	
砂糖(上白)	0.5ｇ	タネ調味	
酒	1ｇ	〃	
しょうゆ	2ｇ	〃	
ごま油	0.3ｇ	〃	
しゅうまいの皮	10ｇ	細切り	
			エネルギー　129kcal　たんぱく質　8.2ｇ　脂質　7.3ｇ カルシウム　7mg　鉄　0.5mg　食塩相当量　0.3ｇ