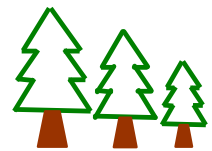




# 中華おこわ



食べたらずみつき間違いなし。蒸籠（チョンロン）で蒸したら、ふっくらもちり。  
寒い季節、テーブルにあったか演出。出来たてあつあつを召し上がれ。

## 材料（4人分）

もち米	2合	(a)	
焼き豚	150g	}	合わせて
茹でたけのこ	70g		
干し椎茸(小)	5枚	・鶏がらスープ	大さじ1/2
		・干し椎茸戻し汁	小さじ1
		・酒	大さじ1・1/2
		・砂糖	
		・濃口しょうゆ	
		サラダ油	

## 作り方


- ① もち米は洗い、30分水に浸けておきます。
- ② 干しいたけは水に浸けてもどし、1センチ角に切ります。焼き豚、茹でたけのこも1センチ角に切ります。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、②を炒めます。  
続けて①を加え炒め、(a)を注ぎ入れ、水分がなくなるまでよく炒めます。



- ④ 蒸籠にクッキングペーパーを敷き、③を入れます。



鍋にたっぷりの湯を沸かし、上に蒸籠をのせ、25分～30分蒸します。



- ・ しいたけは出来れば前日から戻しておくのがBest。戻し忘れたときは、ぬるま湯にひとつまみのお砂糖を入れて戻すと早く戻ります。
- ・ 蒸籠（チョンロン）が無いときは・・・。  
炊飯用の土鍋でも炊けちゃいます。おこわを炊くときお水加減はお米の2割減。例えば2合のもち米に対して水加減は約300ml（ $180 \times 2 \times 0.8 = 288 \rightarrow$ 約300）←目安  
強火で沸騰まで。沸騰したら弱火5分。蒸らし20分  
\*おこわの硬さは水加減で多少自分好みに調節して下さいね。

## おまけレシピ

### <えびワンタンのスープ> 4人分

えび	80g	ワンタンの皮	8枚
茹でたけのこ	25g	鶏がらスープ	600ml
しょうが（みじん切）	3g	塩・こしょう	少々
塩・こしょう	少々	ごま油	適量
砂糖	小さじ1		
ごま油	小さじ1	空芯菜の芽	1/2束

## 作り方

- ① えびは殻と背わたを取り除き、塩と酒を少しかけてもみます。水で洗い流し、水気をふきます。その後粗みじんに切ります。
- ② 筍はみじん切りにします。
- ③ ①と②と生姜のみじん切りを混ぜ合わせ、塩・こしょう・砂糖・ごま油を加え良く練ります。
- ④ ③をワンタンの皮に包みます。
- ⑤ 鍋に鶏がらスープを温め、④を加え火を通します。塩・こしょうで味を整え、仕上げにごま油を香り付けに加えます。
- ⑥ 空芯菜を加え、火を止め、器に盛り付けます。