

魚沼きのご料理コンテスト・レシピ

～ スーパーマリオギョーザ ～

【 材料・分量（5人分） 】

- ・まいたけ：100g ・ぶなしめじ：100g ・エリンギ：100g ・もち豚挽肉：100g
- ・ニラ：1束 ・白菜：1 / 2（半割） ・餃子の皮 40枚（20ヶ分）

『調味料』

- ・にんにく、生姜、味の素、塩、砂糖、酒、ごま油、サラダ油：各適当量
- ・ラード：2ヶ（裏技）

【 作り方 】

まいたけ、ぶなしめじ、エリンギ、ニラ、白菜をみじん切りにする。軽く塩をかけてもみ、しぼる

挽肉の中に調味料を入れ、粘りが出るまで混ぜる

と を混ぜる

餃子の皮に包む。包むときには水を使わない

（きのこの形に似せるため、2枚皮を使用して1枚の皮に具をのせ、もう1枚をかぶせて周りをくっつけていく）

長めに蒸し焼きにする（皮を折りたたむ時に水を使っていないので、皮を完全にくっつける）

完成間際にごま油をかけて少し焼く

揚げても良い

【 料理時間 】

20分

【 コメント 】

まいたけは香り感、ぶなしめじはぷりっと感、エリンギは歯応え感を楽しんでください。水を使わずに包むことで、皮が硬くならず、やわらかく仕上がります。

「キノコ＝スーパーマリオ」という発想で、このような名前になりました。