





第1位 料理研究家ウー・ウェン
30分のできる皮から作る本格焼き餃子


作り方 (36個分)	
材	【皮】
料	薄力粉・・・200g 熱湯・・・140ml
	【餡】
	豚こま切れ肉・・・300g 長ネギ・・・1本
	コショウ・・・少々 酒・・・大さじ1
	ショウガ・・・20g ごま油・・・大さじ1/2
	しょう油、テンメンジャン・・・各大さじ1と1/2
	【焼き】
	サラダ油・・・適量 差し水・・・100ml
	水溶き小麦粉（小麦粉・小さじ1+水・大さじ2）




皮を作る



1	薄力粉に熱湯を入れ、箸などで混ぜる。 粗熱が取れたら、手で生地が滑らかになるまでこね、ひとつにまとめて、湿ったふきんをかけて15分ほど寝かせる。 ※寝かせている間に餡を作ると効率がよい。	
2	麺台、またはまな板に打ち粉を振り、寝かせた生地を広げて、外側の生地を内側へ折り込むようにしてこねる。	
3	生地を切り分ける。まず、全体を3等分に切り分け、それぞれを手のひらで20cmほどの棒状に延ばす。1本を12等分切り分け、切り口を上にして、手の平で軽く押しつぶして円形にする。この1個が1枚の皮になる。	
4	左手で生地を持ち、回しながら、右手で麺棒を転がして直径9~10cmにのばせば、皮の完成。	

餡を作る

1	粗く刻んだ豚こま切れ肉に、コショウ・酒・ショウガのみじん切り・しょう油・テンメンジャン・ごま油を順に加え、そのつど菜箸でよく混ぜる。	
2	最後に粗みじん切りにした長ネギを加えて、さっと混ぜ合わせれば餡の完成。	
3	餃子の皮に餡をのせ、二つ折にして上の部分だけ、指でつまんでしっかり留める。	

4 フライパンにサラダ油をひいて、餃子をならべ、強火にかける。
皮の底に薄く焼き色が付いたら、差し水を加え5分~6分ほど、蒸し焼きにする。

5	水分がなくなったら、水溶き薄力粉を周囲から注ぎ入れてうま味を封じこめる。	
---	--------------------------------------	---

6	水分を飛ばし、パリッと香ばしい色が付けば完成	 
---	------------------------	--