

あいちの小麦「きぬあかり」レシピコンテスト 応募レシピ

準グランプリ

料理名 ふわっ・もちっ・カリッと・きぬあかりで三国友好！

材料と分量(2人分)

・きぬあかり	200g	}	生地
・塩	小1/2		
・ベーキングパウダー	大1/2		
・ドライイースト	大1/2		
・太白ごま油	小2	}	中身A
・湯	大1/2		
・豚ひき肉	60g		
・玉子	小1個		
・玉ねぎみじん	40g		
・カレールー(フレーク)	12g	}	中身B
・湯	大1/2		
・豚ひき肉	60g		
・にら	1~2本		
・キャベツ塩もみ	40g	}	中身C
・にんにく、しょうがチューブ	少々		
・豆板醤、しょうゆ、酒	適量		
・とり胸肉	70g	}	Cのたれ
・トマトスライス	2枚		
・玉ねぎスライス	少々		
・キャベツ塩もみ	30g		
・ケチャップ	大1、酢 小1		
	砂糖少々、豆板醤 少々		



調理方法

- ①きぬあかりはふるって湯以外を加える。全体をまぜて湯を少しづつ入れながらこねてまとめていく。
- ②台の上で5~10分程こねて、こね終わったらボウルにに入れてラップしてあたたかい所においておく。
- ③中身を作る。A: 玉子をといて炒めて取り出しておき、ひき肉・玉ねぎを炒め玉子をもどし、湯でいたカレールーを加えて炒め合わせる。B: 豚ひき肉を炒め、にんにく・しょうが・豆板醤を加え、にら・キャベツを加えしょうゆと酒を加えて味を整える。C: とり胸肉はうす切りにして湯につけ、じんわり火を通しておく。他の材料もスライスなどして用意しておく。たれは混ぜ合わせておく。
- ④生地を棒状にのばし、6等分にして丸めて、それぞれ薄くのばしておく。
- ⑤③の中身をそれぞれ2個づつに④の生地に置き、生地をひっぱりながら包んで、口をしっかりとじる。
- ⑥とじめを下にしてフライパンでふたをして両面やき、さいごに水を少々入れて蒸しやきにする。

調理時間

50分

料理のポイント  
作品に対する思い入れなど

きぬあかりで作った生地には本当に驚かされます！  
弾力があって、どんな中身でも上手くまとめてくれる！  
具材や調味料を変えるだけで色々な国の料理になってしまうのです。  
愛知県発、世界一周の旅行に行きましょう！

審査委員の  
コメント

インド・中国・南米とそれぞれの国の味が伝わってきた1品で、世界の輪を感じた。  
「きぬあかり」の特色をうまく引き出していた料理である。