

Бyyз (ボーズ)
小龍包



材料 (4人分)

ひき肉 (合いびきでも構いません)	300gr
玉ネギ	大 1 個
ニラ	1/2 束
キャベツ	1/4 個
人参	1 本
塩	適量
小麦粉 (強力粉)	500g
ぬるま湯	適量

作り方

- ① 小麦粉をぬるま湯で、こねます。20分ほど寝かせます。
- ② 玉ネギ、にら、キャベツ、人参をみじん切りにします。
- ③ ボールにひき肉と②の食材を入れ、塩で味付けしてよく混ぜます。
- ④ 寝かせた生地を棒状にして2センチぐらいの幅に小さく切って、麺棒で円状に平らに伸ばします。
- ⑤ 平らにした小麦粉の上に③の食材から適量をとって置き、包みます。
- ⑥ 蒸し器で25分蒸したら完成です。

☆ 蒸すとき、クッキングペーパーを敷くとボーズが蒸し器にくっつかずに綺麗に出来上がります。