



ビルトインコンロ  
Rinnai DELICIAで  
作る！！

白菜に旨みがしみこむ  
白菜の重ね蒸し餃子風

餃子のタネが何層にも重なって、旨みがじわ〜と効いてきます。

材料(4人分)

調理時間30分  
カロリー-1人分229kcal

- |                    |                   |
|--------------------|-------------------|
| ニラ・・・・・・・・・・1束     | (A)               |
| キャベツ・・・・・・・・・・1/4個 | 酒・・・・・・・・・・小さじ2   |
| 豚ひき肉・・・・・・・・・・300g | コショウ・・・・・・・・・・少々  |
| 生姜(みじん切り)・・1片分     | 醤油・・・・・・・・・・小さじ2  |
| 白菜・・・・・・・・・・1/2個   | ポン酢・・・・・・・・・・好みの量 |

作り方

- ① ニラは5mm幅に切る。キャベツは粗みじん切りにして塩(分量外)をふり、水気が出るまでもみ、水気を絞る。
- ② ボウルに豚ひき肉、生姜、①とAを入れ、粘りがでるまでよく混ぜて餃子の種をつくる。
- ③ 白菜の葉の内側に②を敷き、白菜をかぶせる。これを数回繰り返し、最後に白菜の葉になるようにする。
- ④ ③をココットダッチオーブンの高さに合わせて切り、ココットダッチオーブんに敷き詰める。蓋をしてグリルに入れる。
- ⑤ ココットダッチオーブンを選択し、タイマーを15分に設定して点火する。
- ⑥ 好みでポン酢をつけていただく。