

ロール白菜

白菜で肉種を巻き、しょうがの効いただし汁で煮込みました



材料 (4人分)

白菜	……	12枚
合い挽きミンチ	……	400g
玉ねぎ	……	1/2個
片栗粉	……	大さじ1
かんぴょう	……	適量
塩	……	少々
酒	……	大さじ1
水	……	600cc
昆布	……	10cm×10cm
酒	……	大さじ1
みりん	……	大さじ1
しょうゆ	……	大さじ1
しょうがの薄切り	……	3枚
花形にんじん	……	8枚
片栗粉	……	大さじ1

作り方

- 1 玉ねぎはみじん切りにする。にんじんは薄切りにして花形に抜いておく。
- 2 白菜の葉は耐熱容器に入れ、レンジで5分加熱して柔らかくし、冷ましておく。
- 3 かんぴょうは水につけて塩揉みし、流水で柔らかくして12等分しておく。
- 4 合い挽き肉に玉ねぎ、片栗粉、塩を入れ、ねばりが出るまでよく混ぜ、塩、酒、こしょうで調味する。
- 5 鍋に水を入れ、昆布としょうがを底に敷き加熱する。沸騰したら、酒、みりん、しょうゆを入れる。
- 6 4を12等分して、俵型にして、2の白菜で巻き、3のかんぴょうで白菜が取れないように結び白菜ロールを作る。
- 7 5の鍋に6の白菜ロールを並べ、花形人参を入れる。中央に穴をあけたアルミホイルの落としぶたをして弱火で20分加熱する。途中、そっと上下を返す。
- 8 煮込んだ後、白菜ロールを器に取り出して、だしに大さじ1の水で溶いた片栗粉を入れて加熱しとろみをつける。
- 9 白菜ロールの上に、とろみをつけただしをかけ、花形にんじんを飾ってできあがり。