

# 菜の花ギョーザ

(2人分)






菜の花	} 100g	ごま油	} 小1
豚ひき肉		しょうゆ	
長ねぎ	1/4本	オイスターソース	
にんにく	} 1かけ	塩こしょう	少々
しょうが		ギョーザの皮	20枚ほど
		かたくり粉	適量

## 作り方

- 1 菜の花を5mm幅に切り、塩をふり軽くもむ。
- 2 長ネギを粗みじん切りにする。
- 3 しょうが、にんにくをすりおろす。
- 4 ③にごま油、オイスターソース、しょうゆ、塩こしょうを入れて混ぜる。
- 5 ①を水洗いし、水気をしっかりとる。
- 6 ボウルに菜の花、長ネギ、豚ひき肉、④を入れ粘りが出るまでよく混ぜる。
- 7 あんをギョーザの皮で包む。
- 8 フライパンに油を敷き片面に焼き色をつけ、水を注ぎふたをして1分蒸らせば完成！

