



## れんこんと豚肉のワンタン

### 材料：3～4人分（26cmのフライパン使用）

豚ひき肉-----	150g	小松菜-----	1束
れんこん-----	小1/2本（100g）	しょうゆ・酢-----	各大さじ2
長ねぎ-----	1/4本	おろし生姜-----	適量
ごま油・片栗粉-----	各小さじ2		
塩-----	小さじ1/3		
ワンタンの皮-----	1袋（30枚）		

### 作り方：

1. れんこんは粗みじん切りにし、水にさらしてアクを抜き、ペーパータオルで水気をふき取る。  
長ねぎは粗みじん切りにする。小松菜は3cm長さに切る。
2. ボウルに豚ひき肉、れんこん、長ねぎ、ごま油、片栗粉、塩を入れてよく混ぜ合わせる。
3. ワンタンの皮に2の具を少量のせて包む。
4. フライパンに湯を沸かし、小松菜をさっとゆでて器に取る。
5. ワンタンがくっつかないように4のゆで湯にごま油小さじ2（分量外）を加え、ワンタンを3～4分ほどゆでて小松菜の上のにのせる。
6. しょうゆと酢を混ぜてたれを作り、おろし生姜と一緒にワンタンにつけて食べる。