


# レンコン・里芋を使ったテイクアウトメニュー レシピコンテスト 応募用紙

メニュー名	さといも もちーず	
応募分類 いずれかに☑	<input type="checkbox"/> レンコン <input checked="" type="checkbox"/> 里芋	
使用材料と 必要な分量 (3コ分)	<p>(里芋…150g(正味量))            (塩・コショウ…少々)</p> <p>① (華おから…50g ※三原市(株)椿き家のみ)            (白玉粉…25g ★甘ダレ(さとう、レモン、酒、みりん) 各大さじ1)            水…大さじ1            クリームチーズ…20g×3            味のり…3枚、強力粉適量、テングソース            植物油大さじ3〜4, バター10g</p>	
料理のおすすめ ポイントやコツ	<p>ねばりのある里芋と白玉粉を合わせることで、もちもち食感を出し、中のチーズとの相性もよく、バター風味の甘ダレが絶妙なハーモニー。テングソースがかくし味。華おからを入れて、ふんわり感も。のりが巻いて、手でも食べれるのは、テイクアウトにもピッタリ！おすすめですよ。(クリームチーズは、なければ、ブロックタイプのプロセスチーズでも可)</p>	
調理の方法と 調理に要する 時間  (所要時間30分)	<p>① 里いもはきれいに洗って泥をおとし、蒸し器でスッと蒸かすまで蒸す。あついで、ふせんなどに包んで、皮をむき、マッシャーでつぶし、塩・コショウをする。</p> <p>② ①をいっしょに合わせて、白玉粉のつぶがなくなるまでよくこねる。なめらか=まとまらない時は、水を少し足す。①の里いもに加えて、よく混ぜ合わせる。3等分にし、クリームチーズを中1/3に入れて、小判形に、形作る。</p> <p>③ タレの調味料をませ、合わせておく。②の形作った里芋に強力粉をまぶし、余分の粉は、はたいておく。</p> <p>④ フライパンに、多めの油を熱し、両面ニんがりと焼く。(揚げ焼きにする) ペーパーなどで油をとり、バターを加えてとけたら、合わせたタレを加え、煮詰めながら、里芋形に照りをからめる。</p> <p>⑤ 味のりをまいて盛りつけて完成。</p>	