



モーウイ入り焼餅

<材料>

上新粉	150g	干しえび	20g
浮粉	50g	ザーサイ	20g
水	1カップ	ロースハム	20g
		モーウイ	200g
		ガラスープの素	3g
		うまみ調味料	2g
		塩	5g
		こしょう	少々
		水	1/2カップ

<作り方>

モーウイの皮と種を取り千切りにする。

油を適量入れ干しえび・ザーサイ・ロースハム・モーウイの順で炒めて、モーウイがしんなりしてきたら水 1/2 カップを入れ、ガラスープの素・うまみ調味料・塩・こしょうを入れて味がなじんだらボールに入れてさます。

ボールに上新粉・浮粉をふるいにかけ、よくまざったら、水 1 カップをいれてよく混ぜる。

のボールに冷ましておいた をいれてよく混ぜ、バットに流しこみ、蒸器で約 40 分蒸す。

が固まったらバットから外し食べやすい大きさに切り、フライパンで表面がこんがりするくらいに焼く。