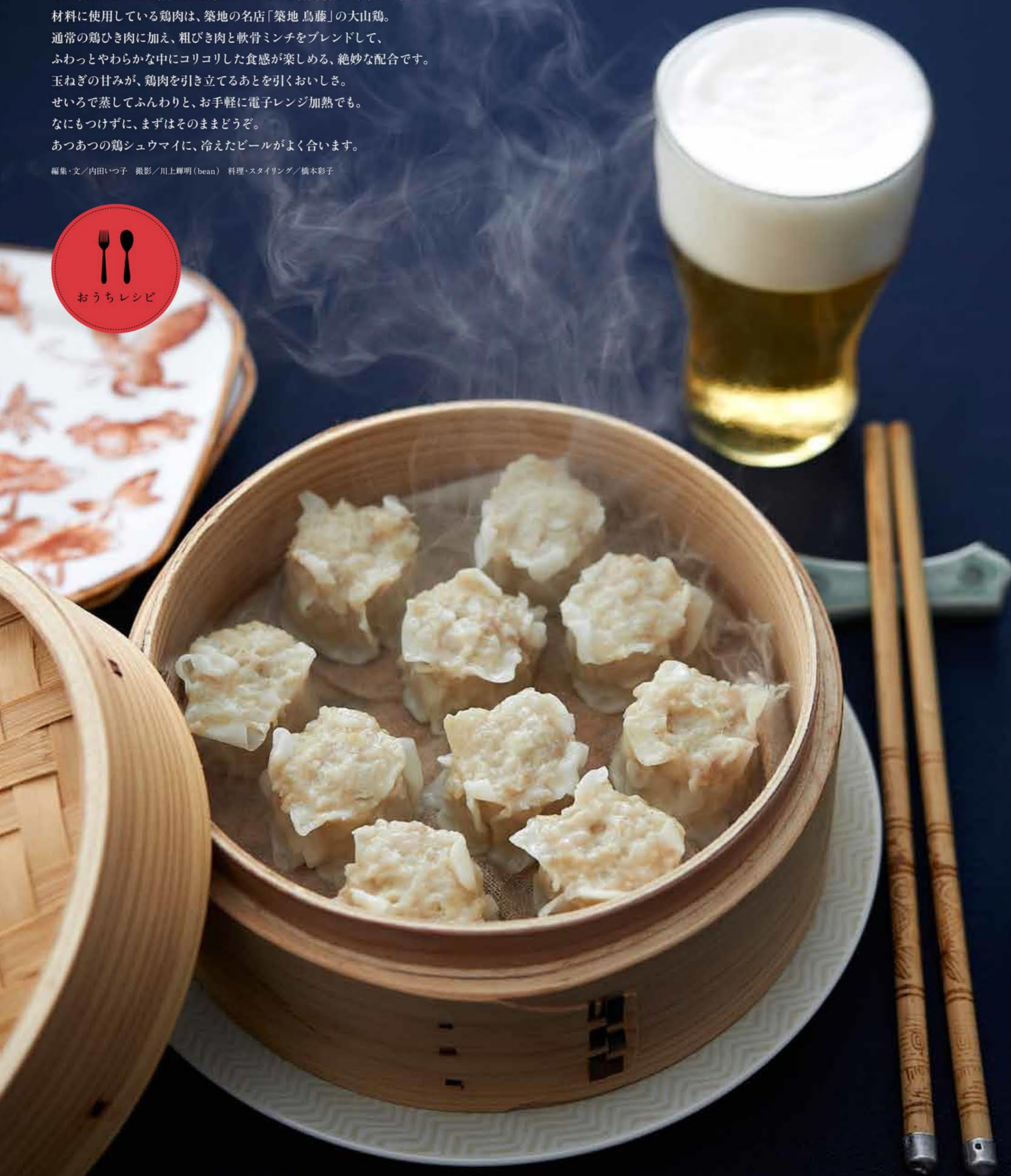


今月の食材 「菅商店の鶏シュウマイ」

店頭で目を引く、モクモクと湯気が上がるせいろ。
 その中でふわふわに蒸された鶏シュウマイは、菅商店の人気一品です。
 材料に使用している鶏肉は、築地の名店「築地 鳥藤」の大山鶏。
 通常の鶏ひき肉に加え、粗びき肉と軟骨ミンチをブレンドして、
 ふわつとやわらかな中にコリコリした食感が楽しめる、絶妙な配合です。
 玉ねぎの甘みが、鶏肉を引き立てるあとを引くおいしさ。
 せいろで蒸してふんわりと、お手軽に電子レンジ加熱でも。
 なにもつけずに、まずはそのままどうぞ。
 あつあつの鶏シュウマイに、冷えたビールがよく合います。

編集・文/内田いづ子 撮影/川上輝明(bean) 料理・スタイリング/橋本彩子



鶏シュウマイの おいしいアレンジ

やさしい味つけの鶏シュウマイは、そのままではもちろん、
 簡単アレンジをすることで違ったおいしさが味わえます。
 揚げたり、野菜のあんできりとろりと仕上げたり。ぜひお試しください。



薄衣をつけて揚げると
 食感のよさが楽しめます
揚げシュウマイ

カリッ!

材料 (2人分)

鶏シュウマイ	6個	●
薄衣	適量	●
薄力粉	大さじ3	
水	大さじ2	
香菜	適量	
揚げ油	適量	
オリーブオイル	大さじ2	
バター	大さじ1	
塩	適量	
④ フレンチマスタード	大さじ1	
④ はちみつ	大さじ1	
⑥ 酢	大さじ2	
しょうゆ	大さじ1	

作り方

- ① ボウルに、衣の材料と水をひとかけ入れてよく混ぜる。
- ② 凍ったままの鶏シュウマイを①にくぐらせて衣をつけ、150～160℃に熱した揚げ油に2～3個ずつ入れる。
色づき始めたら180℃くらいに温度を上げ、そのま5分～7分カリッとするまで揚げる。
- ③ AとBのたれの材料はそれぞれを混ぜ合わせる。
- ④ 揚げシュウマイを香菜とともに器に盛り、好みでたれをつけながら食べる。

細切り野菜のシャキシャキ感が
 鶏シュウマイを引き立てます
あんかけシュウマイ



材料 (2人分)

鶏シュウマイ	6個
大根	3cm分
白菜	1/2本
にんじん	1/4本
長ねぎ	1/2本
絹さや	4枚
鶏がらスープの素	小さじ1
片栗粉	大さじ1 (同量の水で溶く)
ごま油	大さじ1/3と小さじ1/3
鶏がらスープの素	小さじ1

作り方

- ① 白菜は4～5cm長さの細切りに、にんじんはせん切りにする。長ねぎはななめ薄切りにし、絹さやは筋を取る。
- ② 鶏シュウマイは電子レンジ (600w) で2分ほど加熱してあたためる。
- ③ フライパンにごま油大さじ1/3を熱し、②を入れて軽く表面に焼き色をつけ、器に盛る。
- ④ ③のフライパンにごま油小さじ1/3を足し、①の野菜を加えて炒める。水1カップと鶏がらスープの素を加えて煮立たせ、火を止めて水溶き片栗粉をまわし入れて全体を混ぜる。再び中火にし、ひと煮立ちさせとろみをつけ④にかける。