

崎陽軒
シェフ
考案

カンタン おいしい 毎日食べたい!
とっておきのシウマイレシピ①



シウマイ炊き込みごはん

絶品! シャンツァイ 香葉がふわっと香る
中華風の炊き込みごはん

【材料(2人分)】

昔ながらのシウマイ……6個
米……2合
しょうが……1かけ
長ねぎ……3cm
香葉(軽くきざむ)……適宜

■A

なたね油……大さじ2
しょうゆ……大さじ2
オイスターソース……大さじ1
こしょう……少々

【作り方】

- 1 シウマイは縦半分に切る。
しょうがはせん切りにする。
長ねぎはみじん切りにする。
- 2 米と通常の分量の水(分量外)を炊飯器に入れて、スイッチを入れる。
- 3 2が炊きあがる10分前にふたをあけ、シウマイとしょうがを入れて再度ふたをする。
- 4 3が炊きあがったら、長ねぎとAを加えてよく混ぜる。
- 5 4をお茶碗に盛りつけ、お好みで香葉を飾る。

POINT

シウマイとしょうがは炊きあがる前に入れることで、風味が増します。

崎陽軒
シェフ
考案

カンタン おいしい 毎日食べたい!
とっておきのシウマイレシピ②



揚げシウマイと野菜のマリネ

シウマイがおしゃれな前菜に☆
野菜の食感も楽しんで

【材料(2人分)】

昔ながらのシウマイ……8個
たまねぎ……1/2個
にんじん……30g
ミニトマト……3個
にんにく(うす切り)……1/2かけ
鷹の爪(輪切り)……3~5個
オリーブオイル……大さじ1・1/2
塩……少々
こしょう……少々
パセリ(みじん切り)……適宜

■A

白ワインビネガー(米酢でも可)
……大さじ2・2/3
白ワイン(水でも可)
……大さじ2・2/3
はちみつ……小さじ2

【作り方】

- 1 シウマイは縦に2等分し、180℃のサラダ油(分量外)で色づく程度にさっと揚げる。たまねぎとにんじんは細切りにする。ミニトマトは縦に4等分にする。
- 2 フライパンににんにくとオリーブオイル、鷹の爪を入れ、弱火で香りを出す。
- 3 2にたまねぎとにんじんを加えて火を強めてさっと炒め、合わせておいたAとミニトマトを加え、塩とこしょうで味をととのえる。
- 4 タッパーまたはバットにシウマイを並べ、上から3をかけて冷蔵庫で冷ます。
- 5 4を器に盛りつけ、パセリをちらす。

POINT

マリネ液は熱々のうちにシウマイにかけて、しっかりと冷やすのが味をしみ込ませるポイント。

崎陽軒
シェフ
考案

カンタン おいしい 毎日食べたい!
とっておきのシウマイレシピ③



シウマイの彩り串揚げ

いろいろ野菜とシウマイをカラッと
ジューシーに揚げました
チーズやたまねぎをさしても美味

【材料(2人分)】

昔ながらのシウマイ……6個
しいたけ……3枚
ミニトマト……6個
うす切りベーコン……6枚
ししとうがらし……6本
長ねぎ……12cm
小麦粉……適宜
全卵(溶き卵)……1個
パン粉……適量

【作り方】

- 1 しいたけは半分に分ける。ししとうがらしはヘタを切る。ベーコンは10cm長さに切る。長ねぎは2cm幅に切る。
- 2 しいたけ、シウマイ、ミニトマトにベーコンを巻いたもの、ししとうがらし、長ねぎの順に竹串に刺す。
- 3 2を小麦粉、溶き卵、パン粉の順につけ、180℃のサラダ油(分量外)で色づくまで揚げる。

POINT

中濃ソースにすりごまを加えた「ごまソース」をつけると、さらにおいしい!

崎陽軒
シェフ
考案

カンタン おいしい 毎日食べたい!
とっておきのシウマイレシピ④



シウマイのロコモコ風

ハンバーグの代わりにシウマイでロコモコ丼
具材を混ぜながらいただきます!

【材料(2人分)】

昔ながらのシウマイ……8個
中濃ソース……大さじ3強
トマトケチャップ……大さじ3強
キャベツ……2枚
ブロッコリー……30g
ピーマン・パプリカ(赤・黄)
……合わせて1/2個分
塩……少々
こしょう……少々
ごはん……300g
全卵(目玉焼き)……2枚
マヨネーズ……適宜

【作り方】

- 1 キャベツはせん切りにする。ブロッコリーは小房に分けて色よく塩ゆでする。ピーマン、パプリカは3cm角に切り、軽く塩、こしょうをふって炒める。
- 2 小鍋に中濃ソースとトマトケチャップを入れ、シウマイを5分程度煮込む。
- 3 器にご飯を盛ってキャベツをのせ、煮込んだシウマイとソースをかける。ブロッコリー、ピーマン、別に焼いた目玉焼き(半熟)も盛りつけ、マヨネーズをかける。

POINT

ソースは市販のデミグラスソースで煮込むと、本格的な味わいに。