

# 玉葱ジューシー 焼壳

## 材料 (3人分)

豚挽肉 300g  
◇塩小さじ 1/3 ◇砂糖小さじ 1.5  
◇おろし生姜小さじ 1.5  
◇オイスターソース小さじ 1.5  
◇ゴマ油小さじ 1 ◇酒大さじ 1  
◇濃口醤油大さじ 1.5 ◇水大さじ 1.5  
◇粗挽き胡椒 少々  
玉ねぎ中 1.1/2 個 (正味 230g 程)  
片栗粉大さじ 3 (枝豆適量)  
焼壳の皮一袋 (30枚入り) 片栗粉少々



サラダ油適量 水 1cup (200cc) 程

## 作り方

- 

玉葱は粗みじん切りにし、片栗粉を馴染ませる。別のボウルに、◇、豚挽肉を入れ、手早くしっかり混ぜる。
- 

豚挽肉のボウルに、片栗粉を馴染ませた玉葱を加え、手早くよく混ぜ合わせる。ラップをし、冷蔵庫で少し休ませる。
- 

焼壳の皮の、角をハサミで切る。  
※切らずにそのままでもかまいません。切ったものはスープにでも。
- 

皮がバッドに付かないように、バッドに片栗粉を薄く敷く。休ませた肉ダネを包んでいく。枝豆をグッとしっかりと入れ込む。
- 

フライパンにサラダ油を入れ、焼壳を並べ、水を加えてから、中火にかける。沸騰したらフタをし、中弱火にする。
- 

8~10分くらい加熱し、水気がなくなっていたら、できあがり。

7



底の焼き加減です。

少しこんがりしています。

8



完成です！