

## 皮から作る餃子（4人分）



### 餃子の皮

薄力粉	150g
強力粉	150g
塩	一つまみ
ぬるま湯	140~160ml
打ち粉（薄力粉）	適宜

### ポン酢

しょうゆ	大 4
米酢	大 8
ごま油	少々
おろしにんにく	1 かけ
おろし生姜	1 かけ
ねぎ（みじん切り）	10g

### 餃子の餡

豚ひき肉	300g
生姜	1/2 かけ
長ねぎ	1/2 本
にら	80g
キャベツ	250g

こしょう	少々
塩	小 1/2
砂糖	小 1/2
しょうゆ	小 1
酒	小 1
ごま油	大 1
水	大 1

A

### 皮のつくり方

- ① 薄力粉、強力粉、塩をボウルに入れ、水を少しずつ足しながら混ぜていく。（水が多いとべちゃっとなり、少ないと固くなる。）水加減に注意しながら、耳たぶの硬さまでこねる。
- ② ①をまな板に移し、手のひらの下の方を使って再びこねる。弾力のある耳たぶ程度の硬さになったら完成。
- ③ 硬く絞ったぬれ付近で包み、常温で30分休める。
- ④ まな板に打ち粉をしき、固まりを4等分にする。
- ⑤ 切り口を中に押し込むようにして丸め、手のひらで押し平らにする。中心部が厚めになるようにして、直径6cmぐらいに麺棒で丸く伸ばす。（皮を手で回しながら麺棒を使うとよい。）

### 水餃子のつくり方

- ① キャベツ、にら、生姜、長ねぎをみじん切りにする。
- ② 豚ひき肉にAを加えて、粘りが出るまでよく練りこむ。
- ③ ①を加えてさらに練りこみ、ラップをして1時間程度冷蔵庫で休ませる。
- ④ 皮の中央に③の餡をのせて半分に折り、空気を抜くように端を合わせてとめる。
- ⑤ 両端を前に寄せて重ね、水をつけてきゅっととめる。
- ⑥ 大きな鍋に湯を沸かし、打ち粉を落として餃子をいれる。
- ⑦ 餃子を入れると沈むので、穴あきお玉で混ぜる。茹で上がると浮いてくるので、差し水をする。再沸騰したら、3~5分茹でて引き上げる。
- ⑧ 器に並べ、ポン酢を付けていただく。