

ロールキャベツ

材料)

キャベツ1個約700gあれば充分です。

鶏ひき肉250g

生姜みじん切り10g

九条ネギ適量

干し椎茸10g

水100cc

片栗粉小さじ1

薄口醤油小さじ2

塩ひとつまみ

だし適量 (約500cc)

A=薄口醤油・日本酒各大さじ1

胡椒 (お好みで)



作り方)

1. 干し椎茸は手で粗く割る。水を注いで戻し、ぎゅっと絞る。戻し汁の残りどだしを合わせて600ccにする。
2. 外葉を2枚ほど剥き、そこから6枚剥く。残り100gほどはざく切りにする。
3. キャベツのざく切りは15秒ほど、6枚は40秒ほど茹で、冷気にかざして冷ます。
4. 生姜は皮を剥き、残りはみじんぎりにする。九条ネギは粗く刻む。
5. ボウルにひき肉、薄口醤油、塩、片栗粉を入れて粘りが出るまでよく混ぜ、干し椎茸、生姜、九条ネギを入れてよく混ぜる。キャベツのざく切りを入れてひとまとめになるように混ぜる。
6. 6等分にする。手に軽く水をつけて綺麗にまとめる。
7. キャベツの葉の外側の芯を包丁で削いで内側に置いて、6を置いてキャベツで包み、閉じ口を楊枝で留める。
8. 鍋に入れる。隙間があるようなら余ったキャベツを詰め、1のだしを注いで生姜の皮を入れて火にかけ、温まったらAを注いで火を弱め、15分ほど煮る。おだしの味を見て薄ければ薄口醤油で味を整える。
9. 火を止めて胡椒を振り、お椀に盛り付け、お汁を張る。