

皮から作る、本場中国のもちもち餃子



中国からの留学生が多い三木キャンパスでは、中国文化を理解することを目的とした「餃子クッキングパーティー」が開催されました。中国人留学生指導のもと、小麦粉から餃子の皮を作成し、具の味付けも中国風。日本人学生、留学生合わせて18名が参加し、一緒に調理をすることで交流を深めました。

当日のレシピはこちら。ぜひ一度お試しください。

人参餃子(餃子40個分)

【材料】

具

人参……………1本
豚肉(ひき肉) …… 500g
長ネギ……………1本
生姜…チューブの場合1cm程度
塩……………少々
胡椒……………少々
醤油……………少々
胡麻油……………少々

皮

強力小麦粉…………… 500g
水…………… 250g

【作り方】

1. 具を作る

人参、長ネギ、生姜をみじん切りし、豚肉と混ぜて、塩、胡椒、醤油、胡麻油を入れてしっかりと混ぜ合わせる。

2. 皮を作る

まず、ボールに入れた強力小麦粉に水と合わせ、手でこねる。柔らかくして、表面がつるつるになるまでこねて最後大きなタネにする。包丁でタネを半分に切って、細く長くし、小さい団子を作る。団子は麺棒を使い、回しながら薄く丸い形にする。

3. 具を皮で包む

具を小さじ1杯程度とって、皮の真ん中に置き、餃子の形にとじる。

あとはお好みで、水餃子、焼き餃子、蒸し餃子にしてください。(中国では水餃子がメイン!!) にんにく醤油をつけて食べるのがおすすめです。

にら餃子(餃子40個分)

【材料】

具

にら……………2束
鶏肉(ひき肉) …… 500g
生卵……………4個
塩……………少々
胡椒……………少々
醤油……………少々
胡麻油……………少々

皮

強力小麦粉…………… 500g
水…………… 250g

【作り方】

1. 具を作る

にらをみじん切りし、鶏肉、生卵を入れて混ぜ、塩、胡椒、醤油、胡麻油を入れてしっかりと混ぜ合わせる。

2. 皮を作る

まず、ボールに入れた強力小麦粉に水と合わせ、手でこねる。柔らかくして、表面がつるつるになるまでこねて最後大きなタネにする。包丁でタネを半分に切って、細く長くし、小さい団子を作る。団子は麺棒を使い、回しながら薄く丸い形にする。

3. 具を皮で包む

具を小さじ1杯程度とって、皮の真ん中に置き、餃子の形にとじる。

あとはお好みで、水餃子、焼き餃子、蒸し餃子にしてください。(中国では水餃子がメイン!!) にんにく醤油をつけて食べるのがおすすめです。



お便り待っています

「関西国際大学広報誌 クイス」へのお便りをお待ちしています。

(あて先) 関西国際大学 企画部 企画・広報課

〒673-0521 兵庫県三木市志染町青山1丁目18番

電話:0794-85-2288(代) FAX:0794-85-1102(代) E-mail:kouhou@kuins.ac.jp

KANSUI UNIVERSITY OF INTERNATIONAL STUDIES
PR MAGAZINE **kuis** vol.73 2017.03

[関西国際大学広報誌 クイス] 73号 2017年3月発行
制作: 企画部 企画・広報課

KUIS 関西国際大学 Kansai University of International Studies
三木キャンパス 〒673-0521 兵庫県三木市志染町青山1丁目18番 TEL 0794-85-2288(代)
尼崎キャンパス 〒661-0976 兵庫県尼崎市潮江1丁目3番23号 TEL 06-6498-4755(代)

「関西国際大学通信」は「関西国際大学広報誌 クイス」へ名称変更しました。