

## 2018年11月1日（木曜日）お料理交流会

今回は C さんが本場中国の水餃子、I さんがスウェーデン料理 RAGGMUNKAR (POTATO PANCAKES) を皆さんに指導してくれました。

学習者 15 名、支援者 26 名と沢山の方が参加。木曜金曜の学習者支援者がばらばらに 4 班に分かれ皆さん手際よく作業開始です。水餃子は冬瓜の扱いに注意を払いました。またポテトパンケーキのコケモモジャムは I さんのこだわり品がなかなか見つからず仕入れ担当役員大健闘の末ついにアマゾンで見つけ急ぎ取り寄せた、と言う日々付きです。右は料理の指導者の皆さんです。



出来上がりました。早速頂きました。おいしかった！！



レシピを添付しておきますから各ご家庭でトライしてみてください。

## RAGGMUNKAR (POTATO PANCAKES)

ざいりょう

### 材料 (8人分)

- ベーコン 300g
- <sup>こむぎこ</sup>小麦粉 1.5 cup
- <sup>ぎゅうにゅう</sup>牛乳 40ml
- <sup>たまご</sup>卵 2個
- ジャガイモ 900g (メイクイン)
- バター tbsp. 2
- <sup>しお</sup>塩 <sup>しょうしょう</sup>少々



※ コケモモジャム

### てじゅん 手順

1. <sup>こむぎこ</sup>小麦粉と<sup>しお</sup>塩、<sup>はんぶん</sup>半分の<sup>ぎゅうにゅう</sup>牛乳を滑らかになるまで混ぜます。次に<sup>つぎ</sup>残りの<sup>のこ</sup>牛乳と<sup>たまご</sup>卵を加えます。(生地は、<sup>きじ</sup>焼く<sup>まへ</sup>前に<sup>すこし</sup>少し休ませます。)
2. ベーコンを<sup>いた</sup>炒めておきます。炒めたベーコンの<sup>あぶら</sup>油はパンケーキを焼くときに<sup>つか</sup>使うので、<sup>のこ</sup>残しておきます。
3. ジャガイモは<sup>かわ</sup>皮を<sup>せんぎり</sup>むき干切りにし、1の<sup>きじ</sup>生地に<sup>くわ</sup>加えます。  
※<sup>ちやいろ</sup>茶色にならないように<sup>き</sup>気を<sup>つ</sup>付けること。
4. フライパンに<sup>すこ</sup>少しのバターとベーコンの<sup>あぶら</sup>油を入れ、<sup>い</sup>中<sup>ちゅうび</sup>火で<sup>すうぶん</sup>数分<sup>やきいろ</sup>焼き色が<sup>りょうめん</sup>つくよう<sup>りょうめん</sup>両面をサクサクに<sup>や</sup>焼<sup>あ</sup>き上げます。
5. ベーコンとコケモモジャムを<sup>そ</sup>添えていただきます。サラダやおろしたニンジン、キャベツなどに<sup>あじつ</sup>ドレッシングで<sup>そ</sup>味付けしたものなども<sup>い</sup>添えても<sup>い</sup>良いでしょう。

# 水餃子（すいぎょうざ）

ざいりょう  
材料（6～8人分）

かわ  
皮

- ★ きょうりきこ 強力粉 600g
- ★ はくりきこ 薄力粉 200g
- ★ みず 水 450ml

ぐ  
具

- 1 とうがん 冬瓜 はんぶん 半分
- 2 しろねぎ 白ネギ 1束 たば
- 3 えび 海老 500g
- 4 たまご 卵 4個 こ

※ つけタレ ぽんず ポン酢



- おろし生姜 大さじ1 しょうが
- 酒 大さじ3 さけ
- ごま油 大さじ4 あぶら
- 塩 少々 しお
- 胡椒 少 こしょう

てじゆん  
手順

1. ボウルに強力粉と薄力粉を入れ、水を少しずつ加え、よくこねます。
2. 生地にツヤがでてきたら濡れ布きんをかけ常温で1時間寝かせます。
3. 冬瓜を細切りにしたら塩を少々振ってなじませた後、搾って水分を取ります。
4. 海老を茹で、卵は卵焼きを作り、共に細かく刻んでおきます。白ネギはみじん切りにします。
5. ボウルに3、4と調味料を混ぜ合わせます。
6. 2の生地をもう一度軽くこね、棒状にして、適当な幅に切っていきます。いったん丸めてから手のひらで軽く押して平たくし、めん棒で回りから薄くのばしていきます。
7. 5を6の皮で包み、とじ目に水をつけます。
8. 鍋にお湯を沸かし、7を半透明になるまで1分半～2分ほど茹で、湯切りをして盛りつけます。