

スナップエンドウのギョウザ



材 料（20 個 分）

スナップエンドウ	……………	20 個
塩	………	ひとつまみ
プロセスチーズ	……………	約 75g
ギョウザの皮	………	大 20 枚
水溶き片栗粉	……………	適量
サラダ油	……………	適量
粗挽きコショウ	……………	適量

作 り 方

- 1)スナップエンドウのスジを取り、塩をひとつまみ入れた熱湯でさっと湯がく。ザルにあげて冷水にくぐらせ、キッチンペーパーで水気を拭き取る。
- 2)プロセスチーズを 20 等分に切る。
- 3)①のスナップエンドウと②のプロセスチーズを 1 個ずつギョウザの皮にのせて包み、水溶き片栗粉でとめる。
- 4)170～180℃のサラダ油でキツネ色になるまで揚げ、粗挽きコショウを振ったらできあがり。



おつまみにもお弁当のおかずにもぴったり♪



JAこうか
旬のレシピ集

<http://ja-kouka.shinobi.or.jp/food/recipe/>

他のレシピはこちら!!

