

かぼちゃの肉詰め蒸し



▼材料（2人分）

- かぼちゃ …1/2 個
- 鶏ひき肉 …200g
- A：
 - ・卵 …1 個
 - ・濃口醤油、酒、片栗粉 …各小1
 - ・塩 …少々
 - ・生姜のすりおろし …1 片分
- B：
 - ・だし汁 …200cc
 - ・濃口醤油、みりん …各大1
 - ・片栗粉 …大2

▼作り方

- ① かぼちゃは 1/2 個のまま種と綿を除き、底になる部分の皮を薄く切って、座りを作る。
- ② 鶏ひき肉とAを混ぜて①に詰める。
- ③ 中火の蒸し器で 30 分程蒸す。
- ④ Bを混ぜながら煮立て、上にかける。