

崎陽軒  
シェフ  
考案

カンタン おいしい 毎日食べたい!  
とっておきのシウマイレシピ②



## 揚げシウマイと野菜のマリネ

シウマイがおしゃれな前菜に☆  
野菜の食感も楽しんで

### 【材料(2人分)】

昔ながらのシウマイ……8個  
たまねぎ……1/2個  
にんじん……30g  
ミニトマト……3個  
にんにく(うす切り)……1/2かけ  
鷹の爪(輪切り)……3~5個  
オリーブオイル……大さじ1・1/2  
塩……少々  
こしょう……少々  
パセリ(みじん切り)……適宜

### ■A

白ワインビネガー(米酢でも可)  
……大さじ2・2/3  
白ワイン(水でも可)  
……大さじ2・2/3  
はちみつ……小さじ2

### 【作り方】

- 1 シウマイは縦に2等分し、180℃のサラダ油(分量外)で色づく程度にさっと揚げる。たまねぎとにんじんは細切りにする。ミニトマトは縦に4等分にする。
- 2 フライパンににんにくとオリーブオイル、鷹の爪を入れ、弱火で香りを出す。
- 3 2にたまねぎとにんじんを加えて火を強めてさっと炒め、合わせておいたAとミニトマトを加え、塩とこしょうで味をととのえる。
- 4 タッパーまたはバットにシウマイを並べ、上から3をかけて冷蔵庫で冷ます。
- 5 4を器に盛りつけ、パセリをちらす。

### POINT

マリネ液は熱々のうちにシウマイにかけて、しっかりと冷やすのが味をしみ込ませるポイント。