

米粉のトッポキ



米粉で簡単に本格的な味を楽しめます
辛さの中に甘味があり、やみつきのおいしさです

材料(4人分)

米粉 200g
水 160cc
玉ねぎ 小1
にんじん 1/3本
豚肉 100g
にんにく 少々
しょうが 少々

調味料

コチュジャン 大4
砂糖 小2
塩 少々
しょうゆ 大1
酒 大1

1・米粉に水を入れよくこねる



2・練りあがった米粉を棒状にのぼす



3・包丁で切り分ける



4・沸騰した湯に3を入れまぜながら約15分ゆで水にさらししておく



5・材料を切ってそろえておく



6・調味用をまぜ合わせておく



7・フライパンに油を入れ5を炒める



8・7に6を入れひと煮たちしたところに4を入れる



9・8に水を適量入れ全体をなじませ、少々煮たら出来上がり



ポイント

米粉は全体がまとまってから、さらに練り上げるようにこねましょう
ゆであがった米粉のモチは完全に水で冷やすとくっつきません
最後になじませるために入れる水は約50cc~100cc、様子を見ながら少しずつ入れましょう