

# 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ばす



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  
水にさらしおしておく



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