



# れんこんとえびの もっちりあんかけ団子

シャキシャキ&もっちり食感～れんこんレシピ②

## れんこんとえびのもっちりあんかけ団子

### 材 料 (2人分)

れんこん……………300 g  
むきえび……………80 g  
片栗粉……………小さじ2  
だしパック(中身)…小さじ1/2  
※本格・万能だしパック使用  
パン粉……………1/3カップ  
酒……………大さじ1/2  
ごま油……………大さじ1と1/2  
しそ……………適量  
★だし汁……………80cc  
※本格・万能だしパック使用  
★しょうゆ・みりん  
……………大さじ1  
★酒……………小さじ1  
★水溶き片栗粉  
……………水・片栗粉各大さじ1

- ① れんこんは皮をむき、分量の2/3はすりおろし、残りはみじん切りに。
- ② むきえびは粗めのみじん切りにし、たたいてボウルに入れる。
- ③ ②に①のれんこんを全部入れて、片栗粉・だしパック中身・パン粉を入れてよく混ぜる。
- ④ ③のタネを4等分し丸く整形する。★のあんかけを作る。★を鍋に弱火で混ぜ合わせ、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑤ フライパンにごま油を熱し、④を両面焼く。酒を入れフタをして蒸し焼きにする。
- ⑥ 器に盛りつけ、あんをかけて、しそをちらしてできあがり♪

### コツ・ポイント

- エビは食感が残るように細かくしすぎない。
- れんこんの水分は絞り過ぎない。時間をおくとれんこんが変色するので早めに調理する。
- 焼き上がりの目安はさわって弾力があれば◎。
- あんかけの代わりに大根おろし・生姜しょうゆ・ポン酢などもオススメ!!