



ボーズ (肉まんのようなモンゴルの旧正月料理)

【材料・あん】

- ・ひき肉・・・・・・・・ 400g
- ・玉ねぎ・・・(大) 半玉 /(中) 1玉
- ・塩・・・・・・・・・・・・ 少々
- ・鶏ガラスープの素・・・・ 5g

【材料・皮】

- ・小麦粉・・・・・・・・ 500g
- ・水・・・・・・・・ 200 cc ※温度や湿度によって調整する

【作り方・あん】

- ① 玉ねぎをみじん切りにして、ひき肉に玉ねぎ、塩、鶏ガラスープの素を入れて混ぜ合わせる。



【作り方・皮】

- ② 小麦粉に少しずつ水を加えて混ぜる。柔らかくなりすぎないように調整しながら、水を加える。



- ③ 耳たぶ程度の柔らかさにまとったら、20 分ぐらい休ませる。



④ 皮の生地を小分けにし、それぞれを棒状に伸ばして 2 センチぐらいの長さで切る。



⑤ 小さく切ったら、丸めてめん棒で薄く伸ばす。



⑥ 皮にあんを入れて包む。



※包み終わったものは、クッキングシートや、打ち粉（分量外）の上に置く。

⑦ 蒸し器で 15 分ぐらい蒸す。

