



# モンゴルシャルビンの作り方

## ◆材料(皮)12枚分(4人分)

薄力粉	400g
ぬるま湯	240g
サラダ油	少々

※ 焼き油、打ち粉は  
分量外で別途用意する。

## ◆材料(具)12枚分(4人分)

牛豚合い挽き肉	300g
玉ネギ	1/2個
★白ネギ	10cm
★おろし生姜	小さじ1
★塩	小さじ1
★醤油	大さじ1
★オイスターソース	小さじ1
★胡椒	小さじ1/2
★鶏ガラスープの素	小さじ2
※ごま油	大さじ1(最後に入れる)
※花椒水	大さじ2~3

## ◆皮の作り方

- 1 小麦粉をボウルに入れ、ぬるま湯を少しずつ入れながら混ぜる。
- 2 まとまったらサラダ油少々を入れて滑らかになるまでこね、ラップをかけてしばらく寝かせておく。⇒その間に具を作る。

## ◆具の作り方と焼き方

- 1 お茶碗に粒状の花椒を入れて熱湯に浸しておく。
- 2 玉ネギと白ネギは、みじん切りにする。
- 3 合い挽き肉に★印の材料を入れてお箸でよく混ぜ合わせる。
- 4 冷ました花椒水を大さじ2入れてよく混ぜ、ミンチに水分を吸収させる。
- 5 玉ネギを入れて混ぜ合わせ、最後にごま油を入れて混ぜたら、具が完成。
- 6 打ち粉をまぶした台の上に生地を棒状に伸ばし、12等分(1個55g前後)にカットする。
- 7 生地を丸く伸ばし(真ん中が厚めで周りが薄めに)、具を乗せて包む。
- 8 包んだものをまな板の上に置き、手の平で優しく押さえ、丸く伸ばす(直径13cmくらい)  
※ 生地が柔らかくて伸ばしにくいかもしれませんが、打ち粉を付けすぎると、焼くときに焦げやすくなるのでご注意を。
- 9 フライパンにサラダ油を引いて熱し、シャルビンを焼く。焦がさないように時々裏返す。
- 10 膨らんできて、両面がいい焼き色になったら皿に出す。