

# 餃子の皮を使ったダイコンのもちもちミルク鍋

冷蔵庫の中にある野菜とお肉で簡単に作れます！



## 材 料(2人分)

ダイコン	1/2本
豚肉	250g
餃子の皮	20枚
もやし	1袋
豆苗	1/2パック
残り野菜	適量
A	
しょうゆ	大さじ2
鶏がらスープの素	小さじ1
おろしショウガ	小さじ1/2
おろしニンニク	小さじ1/2
水	800cc

## 作り方

- 1 ダイコンを縦半分に切り、5mm幅の半月切りにする。
- 2 餃子の皮を半分に切り、豚肉、豆苗、残り野菜はそれぞれ食べやすいサイズにする。
- 3 ダイコンがこびりつかないように、鍋の底にもやしを敷き詰め、その上に残り野菜をのせる。
- 4 さらにダイコン、餃子の皮、豚肉の順に重ねて詰める。円形にすると見栄えがよい。
- 5 混ぜ合わせたAを加え、中火で煮立たせて、アクをとる。
- 6 鍋にふたをして、弱火で約10分、ダイコンがしんなりするまで煮込む。
- 7 豆苗をのせて少し火を通したら出来上がり。



point  
食品ロス削減ポイント

- 冷蔵庫に余りがちな餃子の皮の使い切りにどうぞ。
- 残った野菜も鍋に入れて、使い切りましょう！
- もちもちで子どもも大好き！

もちもち食感！



## 冷蔵庫の中に余ってしまっている餃子の皮の活用

- 冷蔵庫の中に余っている餃子の皮はありませんか。餃子の皮はお鍋に入れても、とっても美味しいんです。



詳しくは動画で



福田先生

ワンポイントアドバイス

食品ロスを減らす調理のポイント