







◇家庭でも焼ける美味しい餃子の調理法◇

	<p>餃子20個を焼く時の例</p> <p>(テフロン加工のフライパンの場合)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フライパンに油大さじ2を入れて油をなじませる <p>(普通のフライパンの場合)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・フライパンを煙が出るくらいまで熱する ・火を止めて油大さじ3~4をなじませる
	<ul style="list-style-type: none"> ・餃子を並べる ・火をつける(中~強火) <p>慣れるまでは餃子を並べて火をつけたほうが失敗しません</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ・水(湯) 約200cc(1カップ)を入れてふたをする <p>目安として餃子3分の1~2分の1浸る程度の分量たっぷりの水(湯)と強火が決め手です!</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ・中~強火で約7~8分 ・フライパンの中の水分がなくなり始めたらふたを開ける合図
	<ul style="list-style-type: none"> ・ふたを開けたら火を中火に弱める (餃子が焦げ付くのを防ぎます) ・鍋肌から油大さじ1を入れる 焼き目は焼くというより揚げるような感じで
	<ul style="list-style-type: none"> ・フライ返しをフライパンと焼き目の間に入れる (間に油が入りこむ事で焼き目が綺麗になります) ・フライ返しで餃子をひっくり返してお皿に並べて出来上がり!!