

えびの水餃子の作り方

橋本 学

1993 年 02 月 14 日

1 はじめに

一体すぐれた芸術というものが、それ自身が素朴であるにも関わらず向き合う度に人に新たな感動を呼び起こさせるのに似て、中国料理の中でも餃子は作るたびに新たな発見と創意を与えてくれる、まことに奥深い料理である。

本報では、えびの水餃子の製法に関して筆者が得たノウハウを簡単に速報する。特に皮とたれについては、何度かの実験によって得た、最も適切(?)な材料の分量を明らかにする。

2 材料

必要な材料と分量を以下に示す。約 70 個の餃子を作ることができるので、4 人程度の平均的な日本人の胃袋を満たすのに十分な量であると思われる。

表1.皮の材料

材料	分量	備考
強力粉	400g	
薄力粉	200g	
ぬるま湯	300cc	正確に計量すること
サラダ油	大さじ 4	

表2.具の材料

材料	分量	備考
えび	200g	冷凍むきえび可, 大蝦は不向きかも
豚ミンチ	700g	合い挽きではイマイチ
ニラ	4束	好みで増量可
(白菜)	$\frac{1}{8}$ 個	あまり勧めない
土しょうが	60g	
たまご	1個	
サラダ油	適量	
胡麻油	大さじ2	
化学調味料	適量	好みである

表3.たれの材料

材料	分量	備考
酢	120cc	中国山西省産の黒酢がよいがクセがある
醤油	80cc	
ニンニク	$\frac{1}{2}$ 個	
胡麻油	大さじ2	
ラー油	適量	
化学調味料	適量	

3 餃子の作り方

3.1 具(中身)の作り方

1. ボウルに豚ミンチを入れ、よく練る。そこに醤油(大さじ6)、化学調味料少々、えびのみじん切り、土しょうがのみじん切りを加えてまぜ、30分くらいねかせる。しょうがは時間がないときはおろしてもよいが、みじん切りのほうがおいしいと思う。
2. ボウルに5mm程度に切ったニラを入れ、サラダ油大さじ5を加えてよくかき混ぜる。油がよくなじんだところで、さらに胡麻油大さじ2を加えてかき混ぜる。こうすることで、ニラのあざやかな緑色が食べるまで保たれ、香りがよい。
3. 好みに応じて白菜のみじん切りを加えるが、水分はよく切っておかねばならない。具にあまり水分が多いと、後で皮に包んだ時に皮が弱くなる。
4. 最後にニラと豚ミンチを混ぜる。パサパサした感じになるときは水分を与えるために卵を加えるとよい。但し、上記の理由で過剰な水分に注意。

中国の水餃子にはニンニクを入れないことが多いようだが、好みで入れる場合にはみじん切りにして少し加える程度にする。

3.2 皮の作り方

皮は若干の技巧を要する。まず、タネをつくる。ボウルに小麦粉(強力粉と薄力粉)を入れてぬるま湯を入れる。小麦粉とぬるま湯の比率は特に注意が必要である。正確に計量する必要がある。ぬるま湯の温度は摂氏 60 度程度が適当であろう。冷たいと、こねるのに時間がかかるし、また熱すぎると腰の弱い皮になってしまう。さて、ここでサラダ油を加えるのは非常に重要である。小麦粉のまとまりがよくなる。これらをよく混ぜてから 30 分程ねかせる。ボウルにはぬれ布巾をかぶせておくとよい。

ねかせたら、しばらく小麦粉をこねる。これでタネは完成である。次にこのタネをもとに、皮の形に仕上げていく。次に皮の成型方法を示す。

1. よく練ったタネから直径 2cm くらいの、月見団子程度の大きさの塊を取り分ける。両手のひらでまるめてきれいな球にする。或いは、直径 2cm の棒状のタネを輪切りにしてもよいだろう。
2. その塊を粉打ち台に乗せて麺棒で丸く薄い餃子の皮に仕上げる。右利きの人ならば左手で円盤の縁を持ち、右手で麺棒を動かして平たくする。左手で円盤を回転させながら最終的には直径 7cm くらいの皮にする。
3. できあがった皮は中央部がやや厚く、周辺部が薄い「度のゆるい、平板に近い凸レンズ」のような形状が好ましい。

図 1 に皮作りの様子を模式的に示す。まず一つ作ってみて、状況に応じて大きさを変えとよい。

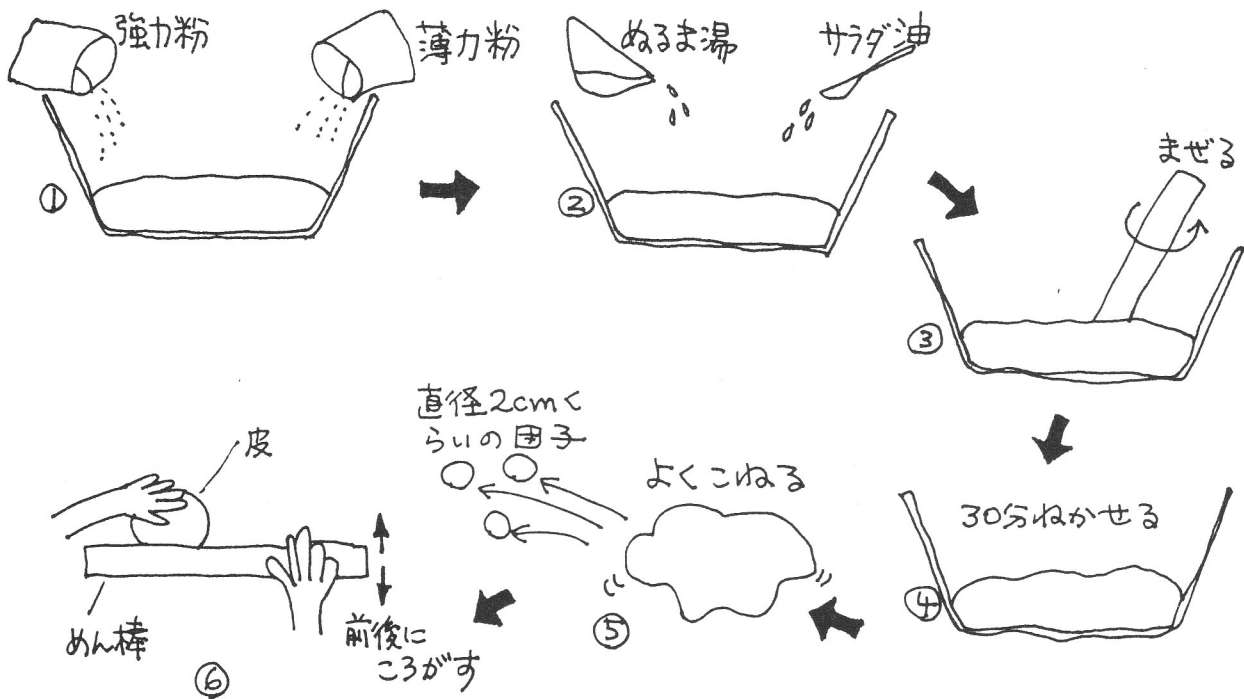


図1 餃子の皮の作り方

3.3 皮の包み方

できあがった皮に具を包むのは、決して難しいことではない。包み方のバリエーションは文献 [2][4][5] など調べることが可能である。ここで注意すべきことは、完全に密封するというのと、具をつつんだ餃子をお皿に並べるときは十分打ち粉をしておくことである。食べきれないほどの餃子を作ってしまった場合には、ゆでる前であれば保存が可能なので、ふたのできる容器に小麦粉を敷き詰め、餃子を入れて(できるだけ餃子同士が触れ合わないように)冷凍する。

3.4 たれの作り方

たれは前日以前から予め作っておくほうがよい。まず分量の酢と醤油を入れてまぜる。さらにスライスしたニンニクを、一晚これに漬け込む。筆者の師匠である中国人によれば、中国(北部)では餃子の具にニンニクは入れることは少ないが、たれにはこのように入れることがあるということである。このたれを使うときには、ニンニクをザル等でこして取り除き、胡麻油とラー油を適量入れてよくかき混ぜて使う。なお、漬け込むときに使う容器は、なるべくガラスか陶器のものをお勧めする。酢(酢酸)の威力は結構強く、塗りなどの容器やスプーンを台無しにすることがある。

3.5 ゆで方

大きい鍋に、たっぷり湯を沸かしておく。餃子を投入し、最初沈んでいた餃子が浮き上がってくるとできあがりである。よく湯を切って皿に盛りつければ、あとは前述のたれをつけて食べるのみ。

4 あとがき

えびの水餃子の製法について、最新のノウハウを説明した。餃子は栄養価も高く、あっさりとして口当たりもいいので老若男女に依らず人気のあるメニューであるが、まして一度皮を手作りすると、もう市販の皮を使う気は起こらないだろう。ひとりでも多くの人が餃子作りに挑戦し、次々と新しいノウハウを発見、開示されることを願う次第である。

参考文献

- [1] 橋本、美味的ギョーザの調理法に関する研究、1985
- [2] 松本秀夫、中国料理のコツ「餃子・焼売・春巻」、新潮文庫、1985
- [3] 橋本、美味的餃子に関する研究、1991
- [4] 久田大吉、中国風おそうざい、中央公論社、1989
- [5] 陳建民、中国の家庭料理入門、中央公論社、1991