



ジョージア料理 ヒンカリ

ヒンカリ (Khinkali) は他国の餃子よりも圧倒的なサイズ感を誇るジョージアの国民食の一つです。

材料：

●生地：強力粉 1kg、水 250-300ml、塩

●具：牛・豚ひき肉 700g (550g牛ひき肉+150g豚ひき肉)、水 1/2カップ、チリパウダー 小さじ 10g、玉ねぎ 100g、クミン 20g、塩



Mariam Bibilashvili



作り方

ステップ1:密な生地を作る。ボウルに強力粉を入れ、塩を分量の水に溶かして加え、手でよく練る。生地をひとまとめにしてボウルに入れ、ラップをして常温で10分ほど休ませる。後もう一度手でよく練る、5分ほど休ませる。



ステップ2:具を用意する。ボウルに合びき肉、塩、水、チリパウダー玉ねぎ、クミンを入れ、手でよく練り混ぜる。



ステップ3: 台に打ち粉をして生地をとり出し、棒状にのばして切る。ひとつに打ち粉をふり、いったん丸めてから手で丸くのばし、めん棒で直径12cmくらいにのばす。具をのせ、ひだをとりながら包む。



ステップ4: 鍋にたっぷりの湯を沸かして塩少々を加え、(3)を入れて中火でゆで、ギョーザが浮いてきてからさらに少しゆでる(ゆで時間約10分)。ゆでるときは熱湯に塩を多めに加え、浮き上がってきたらさらに4~5分ゆでます。



調理済みのヒンカリにブラックペッパーを加える、楽しむ。

