

## 平成26年度オリーブ料理レシピコンテスト【高校生・一般部門】入賞作品

### オリーブ海鮮しゅうまい（野中伸之さん）

#### 材料(4人分)

魚のすり身 600g  
玉ねぎ(みじん切り) 1個分  
EXVオリーブオイル※ 大さじ4  
オリーブの実 適宜  
片栗粉 30g  
塩、こしょう 各少々  
シュウマイの皮 20枚  
仕上げ用EXVオリーブオイル 適量

※EXVオリーブオイルは、エキストラバージンオリーブオイルの略です。



#### 作り方

- 1 オリーブの実は刻んでおく。
- 2 シュウマイの皮以外の材料(①も含む)を、ボールに入れ手でこねる。
- 3 ②を20等分(約30g)にして丸め、シュウマイの皮に包む。
- 4 セイロで、約15分蒸す。
- 5 皿に盛り、EXVオリーブオイルをかけて、出来上がり。