



ルンピア (フィリピン風揚げ春巻き)

材料 (5人分)

- 春巻きの皮 20 枚
- 中身
 - 豚挽き肉 500g
 - にんじん (みじん切り) 1本
 - 玉ねぎ (みじん切り) 1玉
 - にんにく (みじん切り) 2-3片
 - 赤ピーマン (みじん切り) 1個
 - 卵 1個
 - にら (みじん切り) 2-3本
 - 黒コショウ 小さじ1/2
 - コーンスターチ又は片栗粉 大さじ 1
 - 鶏ガラスープの素 小さじ 1
 - 醤油 大さじ 1
- サラダ油 500ml
- スイートチリソース お好み

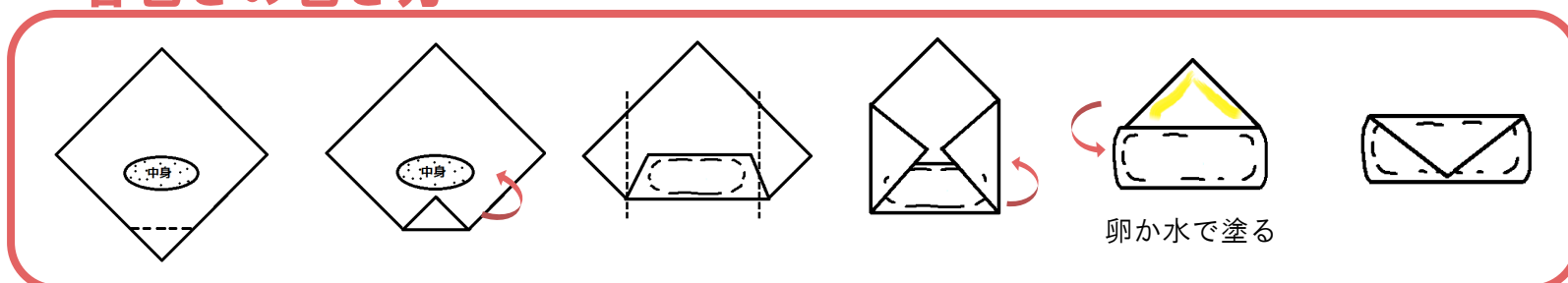


写真はイメージです。

作り方

1. 大きなボウルに中身の材料を入れて、よく混ぜる (A)。
2. 春巻きの皮の真ん中の下ぐらいに、大さじ1½ぐらいの (A) を載せてから、巻く。
3. フライパンにサラダ油を入れ、弱～中火で温める。
4. サラダ油が熱くなったら、春巻きをきつね色になるまで揚げる。
5. 揚げたら、余分な油を取ってでき上がり。
スイートチリソースをつけて食べる。

春巻きの巻き方





Lumpia

(Filipino-style Spring Rolls)

Ingredients (makes 20)

- Spring roll sheets 20
- For the filling
 - Minced pork 500g
 - Carrot (finely chopped) 1
 - Onion (finely chopped) 1
 - Garlic (finely chopped) 2-3 cloves
 - Bell pepper (finely chopped) 1
 - Egg 1
 - Chives (chopped) 2-3
 - Black pepper (powder) ½ tsp
 - Corn or potato starch 1 tbsp
 - Chicken stock (powder) 1 tsp
 - Soy sauce 1 tbsp
- Vegetable oil 500ml
- Sweet chili sauce



This picture is only an example.

Instructions

1. Add the ingredients for the filling to a big bowl, mix well.
2. Put 1 ½ tbsp of the filling on the lower-mid portion of a spring roll sheet. Follow the steps as shown below to wrap the spring rolls.
3. Add the vegetable oil to a frying pan over low-medium heat.
4. When the oil becomes hot, deep-fry the spring rolls until all sides are golden brown.
5. Drain on paper towels, serve hot with sweet chili sauce.

How to wrap the spring roll

