

みんなで作ろう

# 中央アジアクッキング!!



第5回

## 「トルクメンさんでサムサ」

それでは材料を...

あっ意外とシンプル

はい

お肉のおいしさを生かした味です

**サムサ (5~6人分)**

<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ひき肉 700g</li> <li>■ 玉ねぎ 3~4個</li> <li>■ トマト 1個</li> <li>■ 塩・こしょう・スパイス適量</li> <li>■ 卵 7個</li> </ul>	<p>(生地)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 小麦粉 400g</li> <li>■ 水 200ml</li> <li>■ 塩 小さじ1</li> <li>■ バター 100g</li> </ul>
---	---

さて第5回はトルクメンさん！

サムサの作り方を教えてください！

どうぞよろしく

水に塩を入れてよく溶かし

小麦粉に加えてよく混ぜます

ではさっそく生地から作っていきましょうか

はい

マンティの作り方がみえますね

ここまでは同じです

打ち粉をしてめん棒でうすく伸ばしていきましょう

ポウルから取り出しもう少しねって



ニンニク  
溶かしたバターを  
全面に塗ります

ハケを使っても  
いいですが  
ごうかいに  
手で塗って  
しまいましょウ

この生地を  
端から  
くるくると  
巻いて

一本の棒にして  
なじませます

このおま  
らップを  
少しおこ  
おまらッ  
ショウ

パイ生地  
ですぬ!

パイ生地  
です

次に貝を  
作りましょウ

たまねぎ  
トマトを  
みじん切りに  
します

これを  
ひき肉に混ぜ

塩・コショウ  
お好みの  
スパイスを  
入れます

クミンとか

貝はこれで  
終わりです

このまん中に  
貝をおいて  
包みましょウ

端はつまんで  
三角に  
はり合わせます

さきほどの  
生地を  
5センチほどに  
切って

めん棒で  
手のひらで  
大きめに  
まるく伸ばします

合わせ目を  
くるっと下に



