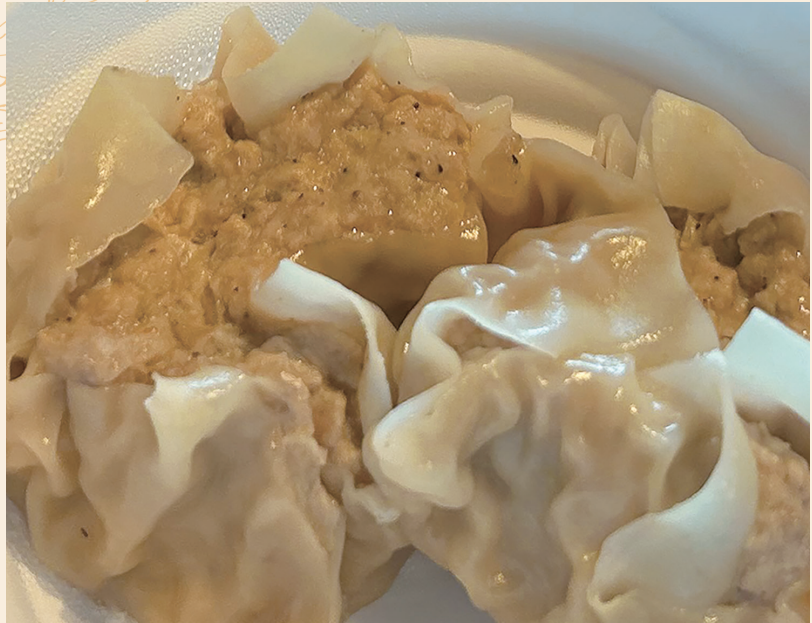




食譜

氣仙沼燒賣



什麼是清真？

在阿拉伯語中，"清真"是"允許"的意思，指的是適合穆斯林的食品和服务。穀物、蔬菜和海鮮被認為是清真食品，而豬肉、酒精和未經適當屠宰的肉類則被禁止，稱為"哈拉姆"。

<禁止食材>

× 肉

- 豬肉(火腿、豬油、明膠等)
- 不適當屠宰的牛、雞、羊

× 酒精

- 酒精、啤酒、葡萄酒、燒酎
- 味醂、料理酒、含酒精的醬油或味噌

× 其他的

- 爬蟲類和昆蟲(蛇、鱷魚、蚱蜢)
- 兩棲類(龜、青蛙、螃蟹)



材料

所有食材均來自宮城縣。

大豆肉	300克	蠔油※1	50克
雞絞肉	500克	醬油※2	50克
鰹魚	500克	三溫糖	20克
洋蔥	600克	芝麻油	40克
薑	35克	黑胡椒	5克

※1 使用 Megachef 蠔油

※2 使用 Kikkoman 清真醬油

烹飪要點

- 避免使用接觸過豬肉，禁止食材的烹飪器具與油類。
- 避免含有豬成分(明膠、酵素、乳化劑等)的加工食品。
- 使用清真認證的食材和調味品，並使用專用的烹飪器具。