

ボーズ

- 強力粉「гурил」・・・150g
水「уc」・・・約 1/4 カップ
- 羊肉（なければ合いびき肉）「мах」・・・100g 玉ねぎ・・・1/2 個（100g）
にんにく「сармис」・・・1 かけ
塩「давс」・・・小さじ 1/2

作り方

- (1) ボウルの薄力粉と水を入れ、手でよくこねて（耳たぶくらいのかたさが目安）、1 つにまとめ、ラップで包んで 30 分くらい休ませる。
- (2) 羊肉は包丁でたたいてミンチにする。（今回はミンチ）玉ねぎ、にんにくはみじん切りにし、肉と一緒にボウルに入れ、塩を加えてよく混ぜ合わせてあんを作る。
- (3) (1) の生地を 2 等分に分け、それぞれ約 2cm 太さの棒状にのばす。
- (4) (3) をそれぞれ 10 等分に切り、ひとつずつめん棒で直径約 8cm の円形にのばす（真ん中を厚めに、周りを薄めにのばすのがコツです）。
- (5) (4) の皮の中央に 20 等分した (2) の肉あんをのせ、皮を引っ張るようにしてひだを寄せながら包む。

（寄せた生地の手は、押さえて平らにつぶしながら包む。）

- (6) 蒸し器に「クックパー®クッキングシート」を敷き、充分蒸気が上がったところへ (5) をのせ、約 15 分蒸す。
- (7) 器に盛りつけていただく。

ニースレル・サラダ

じゃがいも「төмс」・・・6 個

人参「лууван」・・・2 個

卵「өндөг」・・・5 個

きゅうり「өргөст хэмх」・・・1～2 個

ソーセージ「хиам」・・・300 グラム

玉ねぎ「сонгино」・・・20 グラム

枝豆「вандуй」・・・200 グラム

塩「давс」、ペッパー「перец」、マヨネーズ「маойнез」

- (1) じゃがいもを 5 ミリの立方体に切ります。
- (2) 人参をじゃがいもよりちょっと小さく切ります。
- (3) じゃがいもと人参を茹でます。
- (4) 卵を茹でます。
- (5) きゅうりとソーセージもじゃがいもと同じサイズに切ります。
- (6) 玉ねぎをできるだけ小さく切ります。
- (7) 全部の材料をお塩とペッパー、マヨネーズと一緒に混ぜます。