

特別な日のメインに

煮込みハンバーグ



調理時間40分

材料 3人分

作り方

合いびき肉 300g

1. 合いびき肉とAを混ぜ合わせて形を整えます。

塩 小さじ1/2
たまねぎ 1/2個
(みじん切りにしたら600Wの
電子レンジで1分加熱)

2. 1を3等分に丸めて、鍋に油を入れ、両面に
焼き色がつくまで中火で焼きます。

卵 M1個
生パン粉 大さじ5
(乾燥パン粉 大さじ4)
牛乳 大さじ1
(乾燥パン粉使用時は大さじ2)
ナツメグ 少々
黒こしょう 少々

3. 2にBを入れて鍋の蓋をし、中火で10分加熱、
消火。10分減圧。

4. 仕上げに生クリームとパセリを散らせます。

油 大さじ1

しめじ 1パック (小房に分ける)
デミグラスソース缶 290g缶
水 100cc
赤ワイン 100cc
コンソメ (顆粒) 小さじ1
塩、こしょう 適量

生クリーム 適量
パセリ 適量

A

B