


料理名

切り昆布の煮込みハンバーグ

材料		(4人分)	
Aハンバーグのパテ			
合いびき肉		300g	
切り昆布（細かく切る）		30g	
タマネギ（粗みじん切りにする）		1/4個	
料理酒		大さじ1	
塩		3g	
みそ		小さじ1	
Bトマトソース			作り方
カットトマト缶		120g	(1) 新ジャガイモはさいの目に切って水にさらしておく。マッシュルームとスライスチーズは半分に切る。スナップエンドウは下ゆでし半分に切っておく。
水		60ml	(2) ボウルにAを入れ、粘りが出るまでよく混ぜ合わせ4等分し成形する。
塩		適宜	(3) フライパンにオリーブ油、ニンニク、新ジャガイモ、マッシュルーム、(2)のハンバーグのパテを入れ、中火で両面を焼き上げる。
こしょう		適宜	(4) (3)のフライパンにBを入れふたをし、中火で10分煮込む。ハンバーグに(1)のスライスチーズをのせ火を止める。
顆粒（かりゆし）だし		小さじ1/2	(5) 皿に(4)を盛り付け、スナップエンドウとパセリをあしらひ出来上がり。
みりん		大さじ1	
しょうゆ		小さじ1	
料理酒		大さじ1	
新ジャガイモ		中2個	
マッシュルーム		4個	
スライスチーズ（溶けるタイプ）		2枚	
スナップエンドウ		4本	
ドライパセリ		適宜	
オリーブ油		大さじ2	
ニンニク		1片	