

和風おろしハンバーグ

GOSEN'S UNMEE KYUSHOKU



【材料（約4人分）】

- ・豚ひき肉 <300g>
- ・玉ねぎ（みじん切り） <100g>
- ・油 <適量>
- ・水溶き片栗粉 <適量>

- A
- ・卵 <1個>
 - ・パン粉 <大さじ4>
 - ・牛乳 <大さじ4>
 - ・塩、こしょう <少々>

- B
- ・大根（すりおろす） <100g>
 - ・砂糖 <大さじ1/2>
 - ・酒 <大さじ1>
 - ・しょうゆ <大さじ1>
 - ・みりん <大さじ1/2>

【作り方】

- ① フライパンに油を熱し、玉ねぎを炒め、粗熱をとっておく。
- ② ボウルに豚ひき肉、①、Aを入れ、粘りが出るまでよくこねる。
- ③ ②を小判型に整え、フライパンで火が通るまで焼く。
- ④ 小鍋にBを入れ煮立て、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑤ 焼きあがったハンバーグに④をかける。

手作りハンバーグ
みんなで作ってみよう！
家庭では、分量を加減
して作ってね。



今日の献立何にしよう？
困った時はここをチェック！



五泉のうんめえ給食 にこサポ

五泉市こども課
LINE@