

ハンバーグ

洋 メイン

材料 (6個分)

たね

| | |
|-----------|-------|
| 牛ミンチ | 350g |
| 豚ミンチ | 150g |
| 卵 | 1個 |
| 玉ねぎ | 1個 |
| 生パン粉 | 200cc |
| ケチャップ | 大さじ2 |
| 牛乳 | 90cc |
| 生クリーム | 10cc |
| 赤ワイン | 45cc |
| 塩 | 小さじ1 |
| 黒こしょう | 適量 |
| にんにくみじん切り | 適量 |

ソース

| | |
|----------|------|
| デミグラスソース | 1缶 |
| 玉ねぎ | 1/2個 |
| ケチャップ | 大さじ3 |



作り方

1. ソースとたねで使う玉ねぎをみじん切りし、たね用はざるに入れ、しっかりと水切りする。
2. 【ソースを作る】鍋に油、玉ねぎを入れ炒め、トマトケチャップを入れすこし炒めた後、デミグラスソースとその同量の水を入れ煮る。
3. 【たねを作る】卵をボウルに入れ、その他の材料も加えて混ぜる。
4. たねを6個(170gずつぐらい)に分け、両手でキャッチボールするように種の中の空気を抜いて卵型する。
5. フライパンに多めのサラダ油をひき、温まったら、たねを焼いていく。(のせるときに真ん中をすこしおしてあげると、ふくらみをおさえられる。焼き加減は表面に焼き色をつけるだけでよい)
6. 200度のオーブンで10分ぐらい焼く。
7. 器に盛り、ソースをかける。

所要時間

1時間

主な調理器具

ボウル、鍋、フライパン、オーブン