

あら挽き ハンバーグ



【美味しい召し上がり方】

- ① 冷たい（熱さない）状態のフライパンに油をひかずに冷凍のままのハンバーグをのせる
- ② フタをして、とろ火で片面を約9分（※）焼く
- ③ ひっくり返してフタをしてもう片面を約9分（※）焼く
- ④ 竹串等で刺し、透明な肉汁が出たら出来上がり

※焼き時間は目安です ※ソースは付いておりません

【あら挽きハンバーグを使用した食べ方アレンジ】

煮込みハンバーグ

1人前

| | |
|-----------|--------|
| あら挽きハンバーグ | 1つ |
| 好きな野菜 | 好きなだけ |
| ケチャップ | 大さじ2 |
| ウスターソース | 大さじ1 |
| 砂糖 | 大さじ1/2 |
| 水 | 大さじ1 |

1. 焼いたハンバーグが入ってるフライパンにお好みの茹で野菜を加える
2. 1にケチャップ、ウスターソース、砂糖、水を入れて中火で煮込む
3. 器によそい、出来上がり

ロコモコ丼

1人前

| | |
|-----------|--------|
| あら挽きハンバーグ | 1個 |
| 卵 | 1個 |
| 千切りキャベツ | お好みの量 |
| ミニトマト | お好みの量 |
| アボカド | 半分 |
| ごはん | 茶碗1膳分 |
| ケチャップ | 大さじ1 |
| とんかつソース | 大さじ2 |
| 砂糖 | 大さじ1/2 |
| マヨネーズ | 適量 |

1. 卵をお好みに半熟〜よく焼きの目玉焼きを作る
2. 耐熱皿にケチャップ、とんかつソース、砂糖を混ぜて入れ、ラップをして1分レンジで温める
3. 器にごはんをよそい、キャベツをしき、ハンバーグをのせる
4. 1の目玉焼き、ミニトマト、スライスしたアボカドを盛り付ける
5. ハンバーグに2のタレをかけてお好みにマヨネーズをかけたなら出来上がり