

つくってみませんか？

うれしいたっぷりソース♪

<おろし和風ハンバーグ>

材料(4人分)

ハンバーグ	…	4こ
<ソース>		
だいこん(おろす)	…	150g
えのきだけ(石ずきとリカット)	…	40g
〇しょうゆ	…	大さじ2/3(12g)
〇みりん	…	小さじ1
〇さとう	…	小さじ1
〇和風だし(顆粒)	…	少し



作り方

- ① ハンバーグを焼く。
(給食では冷凍ハンバーグをオーブンでスチームを入れながら180℃20分焼きます。)
- ② ほぐしたえのきだけ、〇の調味料をまぜて加熱する。だいこんおろしを入れて軽く沸騰させる。
- ③ ハンバーグにかける。

