

和風ハンバーグ



材料(2人分)

合びき肉……………300g
 玉ねぎ……………1/2個
 卵……………(L)1個
 乾燥パン粉……………カップ1
 牛乳……………カップ1/2
 高砂の峰…カップ2/3強
 醤油……………大さじ1強
 塩……………小さじ1/2
 胡椒……………少々
 サラダ油……………適宜

作り方

- ①玉ねぎはみじん切りにする。
- ②卵は割って溶きほぐす。
- ③パン粉は牛乳に浸して軟らかくする。
- ④フライパンに油を熱し、玉ねぎをあめ色になるまでじっくりと炒め、皿に取り出して粗熱をとる。
- ⑤④の玉ねぎが冷めたらボウルに入れ、合びき肉と②③、塩、胡椒を加え、粘りが出るまでよく混ぜる。
- ⑥⑤を1時間程度冷蔵庫で寝かし、好みの大きさに成形する。
- ⑦フライパンに油を熱して⑥を入れ、蓋をして焼き色が付くまで弱火で5分程度焼く。
- ⑧⑦を裏返して蓋をし、さらに弱火で10分程度焼いて取り出す。
- ⑨焼き汁の残ったフライパンに高砂の峰を入れ、煮立ったら醤油を加え、とろみが出るまで煮つめる。
- ⑩⑧を器に盛り、⑨のソースをかける。好みですりおろした大根を添える。