

煮込みハンバーグ

合計加熱調理時間 約 25 分

[1人分：250kcal/ 食塩相当量：1.6 g]

ソースが焦げ付かず、ふっくらジューシーに仕上がります。



分量

15人分

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	100%	10分	200℃
2	コンビ	100%	15分	140℃

材料（15人分）

<材料a>

牛ひき肉	600g
豚ひき肉	400g
タマネギ（みじん切り）	300g
パン粉	70g
牛乳	70cc
卵	3個
塩	適量
黒こしょう	適量
ナツメグ	適量

<材料b>

デミグラスソース	300cc
本みりん	100cc
日本酒	200cc
八丁味噌	60g
おろしニンニク	20g

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

下ごしらえ

・タマネギはバター（分量外）で透き通るまで炒めて、冷やす。

作り方

- よく冷やしたボールに<材料a>を入れてよく混ぜ合わせ、2時間以上冷蔵庫で休ませてハンバーグ型に成形する。
- 40mmのホテルパン1枚にアルミホイルを敷き、1の生地を並べて【設定1】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、2のホテルパンを取り出し、別の40mmのホテルパン1枚に移し変える。
- 鍋に<材料b>を入れてよく混ぜ合わせ、火にかけて沸騰させ、3にかけて【設定2】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、4のホテルパンを取り出す。



調理ポイント

- ◆作り方1で粘りが出るまで手でよくこね混ぜることで、肉の旨味を引き出す。
- ◆作り方4で煮汁をよく沸騰させ、アルコール分を抜く。