

## ボロネーゼ

合計加熱調理時間 約 **40** 分

[1人分：164kcal/ 食塩相当量：1.1 g]

※1人あたり100gとして計算。パスタは含みません。

ひき肉と野菜をワインで煮込んだボロネーゼは、イタリアの都市ボローニャ発祥。風味豊かなトマトソースは大人も子供も大好きな味。



## 材料（仕上がり1870g）

<材料a>	
牛ひき肉	800g
タマネギ（みじん切り）	200g
ニンジン（みじん切り）	160g
セロリ（みじん切り）	120g
ニンニク（みじん切り）	30g
オリーブオイル	大さじ2
<材料b>	
トマトの水煮（ザルでこす）	800g
赤ワイン（煮切る）	400cc
コンソメ：固形	15g
塩	小さじ2

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

## 分量

仕上がり1870g

## 設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	コンビ	100%	10分	200℃	—
2	コンビ	100%	30分	160℃	—

## 作り方

1. 65mmのホテルパン1枚に<材料a>を入れ、【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 加熱完了後、1のホテルパンを取り出す。
3. 2のホテルパンに、<材料b>を入れよく混ぜ合わせ、【設定2】で予熱後、加熱する。
4. 加熱完了後、3のホテルパンを取り出し混ぜ合わせる。

**調理ポイント** ◆作り方4で取り出した後、よく混ぜて味をなじませること。