

とろとろチーズのハンバーグ串

ハンバーグを串焼きのように作り、牛乳を使ったとろとろチーズをかけて仕上げます。串焼きスタイルのパーティ向けチーズハンバーグです。

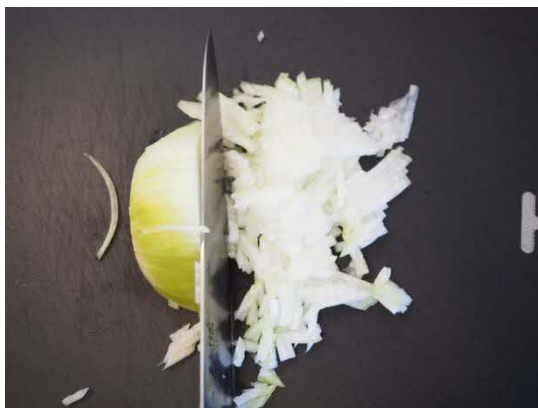


材料 4 人分

合いびき肉	300g	A : ハンバーグ調味料	
玉ネギ	1 個 (200g)	パン粉	大さじ 6
サラダ油	小さじ 2	卵	S 玉 1 個
小麦粉	適量	マヨネーズ	大さじ 2
乾燥パセリ	適量	塩	小さじ 2/3
付け合わせのブロッコリー、ミニトマト	適宜	ナツメグ	小さじ 1/3
		黒こしょう	小さじ 1/3
		片栗粉	大さじ 1 と 1/3
B: タレ材料		C : チーズソース材料	
しょう油、みりん、日本酒	各大さじ 1・1/2	ピザ用チーズ	100g
砂糖	大さじ 1	片栗粉	小さじ 1
		牛乳	200ml

作り方

1) 玉ねぎはみじん切りにします。合いびき肉と一緒にボウルに入れ、Aを加えて粘りが出るまで練って、ハンバーグのタネを作ります。Bのタレ材料を混ぜ合わせておきます。



2) 練ったタネを8等分し、10 cm×2.5 cm位の長方形に形を整えてまな板(もしくはバット)に並べ、小麦粉を薄くふりかけます。



3) フッ素樹脂加工のフライパンにサラダ油小さじ 2 を入れて弱めの中火にかけます。2) のハンバーグのタネを入れ、焼き目がつくまでじっくり焼きます。焼き目がついたら返して 2~3 分焼き、その後に水 1/4 カップを入れ、フタをして 7~8 分蒸し焼きにします。※ハンバーグのタネは柔らかいので、フライ返しですくってフライパンに入れましょう。



蒸し焼きにすると脂が出ているので、キッチンペーパーで吸い取ります。吸い取ったら、混ぜ合わせた B (タレ) を入れて沸騰させ、ハンバーグに絡めます。※タレに軽くとろみがつくまで煮たててください。



4) チーズソースを作ります、チーズソース材料を使います。小鍋にピザ用チーズを入れ、片栗粉小さじ 1 と混ぜて絡めます。牛乳を加えて強めの弱火にかけ、チーズが溶けるまで混ぜながら加熱したら、チーズソースの出来上がりです。



5) 焼きあがったハンバーグに竹串を刺して皿に盛ります。ブロッコリー、ミニトマトを添え、ハンバーグにチーズソースをかけて乾燥パセリをふって出来上がりです。
※チーズソースは多めなので小鉢に入れ、後掛けしながら召し上がってください。

