

# ♡1月誕生会献立♡



## 材料(3~4人分)

- ・バンズパン 3~4個
- ・ハンバーグ
  - 豚ひき肉 90~120g
  - 玉ねぎ 1/4個
  - 塩こしょう 少々
  - パン粉 20g
  - 卵液 5g
  - 牛乳 小さじ1
  - 油 大さじ1
- ・ソース
  - 中濃ソース 大さじ2
  - ケチャップ 大さじ2
  - 砂糖 小さじ1

## 🍷作り方

- ① バンズパンに切り込みを入れておく。
- ② 玉葱は、みじん切りにし、フライパンを使って軟らかくなるまで炒める。
- ③ ②をお皿に移し、粗熱を取る。
- ④ ボールにハンバーグの材料をすべて入れ、練るようにこねる。
- ⑤ フライパンに油を入れ、平状にしたハンバーグを強火で片面1分ずつ焼き、蓋をして火が通るまで、蒸し焼きにする。
- ⑥ 耐熱容器に中濃ソースとケチャップ、砂糖を入れ、電子レンジで温める。
- ⑦ キャベツは千切りにする。
- ⑧ バンズパンに野菜を敷き、ソースに絡めたハンバーグを挟む。
- ⑨ お皿に盛りつけたらできあがり！



1月の誕生日ケーキは  
てぶくろケーキでした！

