



家族に人気のメニューにきのこの風味をプラスして、食欲全開!!

材料 (3人分)

調理時間55分  
カロリー-1人分524kcal

- 合びき肉 . . . . . 400g
- 塩 . . . . . 小さじ1
- 黒コショウ . . . . . 少々
- しめじ . . . . . 1パック
- 舞茸 . . . . . 1/2パック
- マッシュルーム . . . . . 4個
- 生クリーム . . . . . 好みで
- クレソン . . . . . 適宜

(A)ソース

- 塩 . . . . . ひとつまみ
- 白ワイン . . . . . 大さじ2
- デミグラスソース缶 . . . . . 1缶(290g)
- 砂糖 . . . . . 大さじ1
- ウスターソース . . . . . 大さじ2
- 中濃ソース . . . . . 大さじ2
- ケチャップ . . . . . 大さじ2

(B)

- 玉ねぎ(みじん切り) . . . . . 1/2個分
- ニンニク(みじん切り) . . . . . 1片分
- 卵 . . . . . 1個
- パン粉 . . . . . 1/3カップ

作り方

- ① ボウルにAを入れ、よく混ぜ合わせる。
- ② 別のボウルに合びき肉を入れ、塩、黒コショウを加えて粘りがでるまで混ぜる。さらにBを加えてよく混ぜ、6等分にして成形する。
- ③ きのこ類は石づきをとり、しめじと舞茸は小房に分ける。
- ④ ココットダッチオーブンに半量の③を敷き詰め、②を並べ、残りの③をのせる。①をかけ、蓋をしてグリルに入れる。
- ⑤ 「ココットダッチオーブン」を選択し、タイマーを20分に設定して点火する。消火後、そのままグリルの中で20分余熱する。
- ⑥ 好みで生クリームをかけ、クレソンを散らし、完成!



④イメージ