

パイナップルを使って作りました。生地にも混ぜ込み焼きます。
さっぱりといただけるハンバーグに仕上がります。



ハワイアンハンバーグ 大人2人分 子ども2人分

【材料】

- ひき肉… 400g
- 玉ねぎ… 1玉 (200g)
- 生パン粉… 50g
- 牛乳…大さじ5
- 卵… 1個
- 塩… ひとつまみ
- こしょう… 少々
- 酒… 大さじ1
- パイン缶…10枚入り ハンバーグに混ぜると飾り

【ケチャップソース】

- (A) トマトケチャップ… 大さじ4
- (A) ソース… 大さじ4
- (A) 醤油… 大さじ1/2
- (A) みりん… 大さじ1
- バター… 10g

【作り方】

- 1 玉葱はみじん切りにし玉葱の甘みがでるまで油でじっくり炒める。冷まします。
- 2 パイン缶をあけて6枚をみじん切にする。
- 3 ボールにひき肉とみじん切にしたパイン、生パン粉、牛乳、溶きほぐした卵、塩、こしょう、酒を混ぜ、ねばりがでるまでよくこねる。
- 4 3のたねをたたきながら丸めて小判型に整え、真ん中を少しへこませる。
- 5 油を熱したフライパンに4を並べ焼く。(竹串を刺して、透明な肉汁が出てきたら焼けています)
- 6 鍋にAの材料を入れて火にかけてソースをつくり焼きあがったハンバーグの上にかける。
- 7 ハンバーグの上にパインをのせます。

