



トマトソース

材料<トマト缶1缶分>

- ・カットトマト缶・・・1缶（400g）
（生のトマトでも作れます）
- ・ケチャップ・・・おたま4杯（約400g）
- ・砂糖・・・大さじ1
- ・ウスターソース・・・大さじ2

作り方

鍋に全部の材料を入れ砂糖が解けるまで加熱する

※耐熱容器に入れ、レンジでの加熱でも可能です。

※調味料は目安量を記載しています。

ご家庭で調整してみてください♪



くるくるハンバーグ



材料<パイシート 1枚分>

- ・合い挽き肉 30g
- ・玉ねぎ 1/2個
- ・コーン缶 大さじ1
- ・長芋 大さじ1
(すりおろし)
- ・パン粉 大さじ1
- ・牛乳 適量
- ・塩コショウ 適量
- ・冷凍パイシート 1枚

作り方

始める前に↓

- ・冷凍パイシートは、のぼしやすいように解凍しておく
- ・パン粉は牛乳に浸しておく

- ①玉ねぎをみじん切りにしてきつね色になるまで炒める
- ②合挽き肉に①を入れ、牛乳に浸したパン粉、塩コショウ、長芋を入れしっかり捏ねる
- ③冷凍パイシートを長方形になる様に切り
ひと回り大きくなる様に四方に伸ばす
- ④②を③にひいて丸め、8等分に切る

もう1枚分のパイシートも同様の作業を行います

※ハンバーグのタネが多すぎると丸めたときに

はみ出すので注意してください

※巻きはじめと巻き終わりの部分は親指1本分位

余らせて②を敷くと巻きやすいです

- ⑤④の断面を上向きにクッキングシートをしいた鉄板に並べ、180度のオーブンで15分程度焼いて完成



伸ばしたパイシートに
タネをひく



くるくると
巻いていく



巻きあがりには
のの字ができるのが理想です

いつものハンバーグをパイシートでくるくると巻くだけで、見た目も豪華でおしゃれになる一品です★そのままでも美味しいですが、ケチャップやトマトソースなどをかけると更に美味しくなります。保育所で作っているトマトソースのレシピは裏面に記載してあります。参考にしてみてください♪

