

KUMAMOTO  
TOYOPET ~ No 112 ~

POPPIN' カラフルレシピ

# 肉だんごとしめじの クリーム煮

~ 冬のホットなレシピ ~

## ◎ 材料 2人分 ◎

- ◎ 豚ひき肉 150g
- ◎ たまご 1コ
- ◎ 玉ねぎのみじん切り  
1/2コ分
- ◎ パン粉 大さじ2
- ◎ トマトケチャップ 大さじ1
- ◎ 塩 ひとつまみ

肉だんご

- ◎ しめじ 100g
- ◎ プロセスチーズ 60g
- ◎ 牛乳 200ml
- ◎ 塩 少々
- ◎ オリーブオイル 大さじ1/2

## ◎ 作り方

1. ボウルに肉だんごの材料を入れ粘りが出るまで混ぜる
2. 鍋に水 400ml (分量外) を入れて中火で熱し、ふっとうしたら、肉だんごの  
たねをスプーンで、ひと口大くらいすくい落とし入れる ~ 分量茹で  
ザルに取り出す。(ゆで汁は 100ml は別に取っておく。残りはすてる)
3. しめじはしめじ、チーズは粗くちぎる
4. 水けをふき取って、鍋にオリーブオイルを弱火で熱ししめじを炒める  
全体に油が回ったら、ゆで汁、牛乳、チーズを加えて中火にし、  
煮立ったら弱火にし、チーズが溶けたら肉だんごを加えて 1~2分煮る  
味が足りなかったら塩で調整する