

ちょっと懐かしいケチャップ味。パンにのせて食べても◎

## まいたけとひき肉のケチャップ煮



🍴 1人前/約276kcal

🕒 調理時間/約10分

### 🥕 材料 (2人分)

雪国まいたけ・・・1パック

合びき肉・・・100g

大豆(水煮大豆)・・・小1缶(正味120g)

サラダ油・・・小さじ2

イタリアンパセリ(またはパセリ)・・・適宜

#### 【A】

トマト水煮缶(ホール)・・・1/4缶

ケチャップ・・・大さじ1

塩・・・小さじ1/2

粗挽き黒こしょう・・・少々

### 🍳 作り方

- 1 雪国まいたけは食べやすい大きさにさく。大豆水煮は熱湯を回しかけておく。
- 2 フライパンにサラダ油を熱し、合びき肉を炒め、雪国まいたけ、大豆を加えて炒める。
- 3 Aを加えて味を調える。
- 4 器に盛り、イタリアンパセリを添えてできあがり。

### Point

牛ひき肉や豚ひき肉でもおいしくできます。