

雪国きのこソースのミートローフ



🍷 1人分/約422kcal

🕒 調理時間/約50分

材料 🍴 (4人分)

雪国まいたけ・・・1パック

雪国えりんぎ・・・1パック

合挽き肉・・・500g

ミックスベジタブル・・・150g

玉ねぎ・・・1/2個

塩・こしょう・・・少々

サラダ油・・・大さじ1

ソース用

雪国まいたけ・・・1/2パック

雪国しめじ・・・1/2パック

デミグラスソース(市販)・・・150g

赤ワイン・・・100cc

作り方 🍴

- 1 雪国きのこは粗目に刻む。玉ねぎはみじん切りにする。
- 2 フライパンにサラダ油を熱し、(1)を炒める。
- 3 ボールに冷ました(2)とミックスベジタブルを練り合わせ、塩・こしょうで下味を付ける。
- 4 (3)をシリコンスチーマーにきっちり詰め、200～220℃に予熱したオーブンで、中心に火が通るまで約30分程しっかり焼く。
- 5 ソース用の雪国きのこは大振りにさき、鍋でデミグラスソース、赤ワインと一緒に煮る。
- 6 (4)を食べやすい大きさにカットして皿に盛り、(5)をかけてできあがり。

※オーブンの代わりに電子レンジでも作れます。加熱時間はご使用の器具に合わせてください。