

グリル調理 ハンバーグのホイル焼き



メニュー

手動オープン

設定温度の目安
280℃

使用付属品



平皿

材料（2個分）

バター	8g
玉ねぎ（みじん切り）	50g

A 合びき肉	150g
パン粉	10g
牛乳	大さじ1 1/2
卵	1/2個
塩	小さじ1/4弱
こしょう・ナツメグ	各適量

サラダ油	大さじ1
しめじ（小房に分ける）	100g

B デミグラスソース	140g
赤ワイン	大さじ2
コンソメ（顆粒）	小さじ1/2
トマトケチャップ	大さじ1

⑥を合わせておく

対象機種：N100Tシリーズ

作り方

- フライパンをIHヒーターの中央に置き、「弱火」～「中火」に加熱しバターを溶かし、玉ねぎが透き通るまで炒める。
- 1の粗熱を取り、Aに加えてよく混ぜ、2等分する。
- 手にサラダ油（分量外）をつけ、2を片手に数回たたきつけて空気を抜き、小判型にして中央をくぼませる。
- フライパンをIHヒーターの中央に置き、サラダ油大さじ1を入れ、「中火」～「強火」に加熱し、ハンバーグの両面に焼き色を付け、取り出す。次にしめじを炒め取り出す。（肉の中心は生の状態でよい）
- アルミホイルにハンバーグ、しめじをのせ、ソースの材料Bを入れ、口を閉じたものを2個作る。
- 5を平皿にのせ、「メニュー」の「手動オープン」「280℃」を選び、「スタート」ボタンを押し、様子を見ながら約23～27分焼く。



調理のこつ

ホイル焼きは、アルミホイルが上ヒーターにあたらぬ高さ（8cm以下）にしてください。
調理するときの材料ののせかたは、平皿の中央部にのせてください。



手前側