

グリル調理 ハンバーグのホイル焼き



手動オープン

設定温度の目安
280℃

使用付属品



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

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ない高さ (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。

