

野菜のおいしさや彩りを活かしたレシピ



適温調理

サポート

## 材料（4人分）

<b>A</b> 合びき肉	400g
玉ねぎ（みじん切り）	1/2個（100g）
生パン粉	26g
牛乳	大さじ3
卵	1個
こしょう	少々
塩	小さじ2/3
生しいたけ（石づきを取り、1cm幅に切る）	4枚（40g）
しめじ（小房に分ける）	100g
にんじん（拍子木切り）	1/2本（75g）
白ワイン	50mL
カゴメ基本のトマトソース	1缶（295g）
水	200mL
サラダ油	大さじ1 1/2

## このレシピに使われている商品


[カゴメ基本のトマトソース](#)

## 作り方

## 1. 下準備

- ①ボウルにAを入れ、よく練り8等分して丸める。

## 2. 前工程

- ・フライパンをIHヒーターの中央に置く。
- ・サラダ油大さじ1を入れる。
- ・アプリから「**レシピ送信**」ボタンを押し、表示部に「**065**」を表示させる。
- ・「**スタート**」ボタンを押し。
- ・音声の流れ表示部に「**適温**」が表示されたら、①を並べる。

## 3. 工程1

- ・「**OK**」ボタンを押し。
- ・①の片面を焼く。



- ・目安時間になり、焼き色が付いたら、裏返す。

## 4. 工程2

- ・「**OK**」ボタンを押し。
- ・①の裏面を焼いていく。



- ・目安時間になり、焼き色が付いたら、取り出し、ペーパータオルで汚れをふき取る。
- ・サラダ油大さじ1/2、にんじんを入れる。

## 5. 工程3

- ・「**OK**」ボタンを押し。
- ・にんじんをゆっくり炒める。
- ・しめじ、しいたけを加えて、さっと炒める。



- ・目安時間になったらハンバーグを戻し、白ワイン、トマトソース、水を加える。

## 6. 工程4

- ・「**OK**」ボタンを押し。
- ・全体をかるく混ぜ、煮立たせる。



- ・煮立ったら、目安時間になるまで、軽く混ぜなじませる。

## 7. 工程5

- ・「**OK**」ボタンを押し。
- ・ときどきハンバーグの上下を返しながらかき混ぜる。



- ・目安時間になり、ハンバーグが煮えていたら、「**切**」ボタンを押し。