

丸ごとぜんぶ加賀丸いもハンバーグ



材料(2人前)

加賀丸いも(すりおろし) … 40g
 加賀丸いも(スライス) … 2枚
 合挽き挽肉 … 200g
 長ネギ … 1本
 パン粉 … 40g
 生姜 … 少々
 卵 … 1個
 塩 … 適量
 山椒 … 適量
 サラダ油 … 適量

<トッピング>
 ベビーリーフ … 適量

<1UP食材>
 加賀丸いも(すりおろし) … 100g
 しょう油 … 小さじ2
 昆布茶パウダー … 小さじ1/2
 卵(卵黄のみ) … 1個分
 生姜 … 少々
 塩 … 適量
 コショウ … 適量
 砂糖 … 小さじ2
 水 … 小さじ4

作り方



1. 加賀丸いもの皮を剥いてすりおろします。



2. 加賀丸いもを厚さ5mmぐらいに2枚スライスします。



3. ハンバーグ具材の挽肉だけを先にこねておき、そこに長ネギ・生姜・卵を入れてさらにこねます。



4. 3に1を入れ、塩・山椒で味を調べ、最後にパン粉を入れて更にこねます。それを半分ずつ(2人前)に分け、小判型に形を整えてバットに移しておきます。



5. 熱したフライパンにサラダ油を入れ、2と4をこんがり焼きます。



6. オーブンの天板にクッキングシートを敷き、5の加賀丸いもスライス・ハンバーグの順に置きます。



7. すりおろした加賀丸いも・しょう油・昆布茶パウダー・卵黄・生姜・塩・コショウ・砂糖・水を混ぜてソースを作り、6の上にかけます。



8. 160℃のオーブンで15分間焼きます。
 ※オーブンが無い場合は、フライパンで焼き色を付けた後トースターで焼いてください。



9. お皿に盛り付けベビーリーフをトッピングします。

