



調理時間

20分

2  
STEP

1. ボウルに、ハンバーグの材料を全て入れ、粘り気が出るまでよくこねる
2. 1を3等分にして、空気を抜きながら小判形に整える
3. 鍋にサラダ油をしき、2を入れ、ウイングは取り付けしないで、炒めモード5分でスタート
4. 【A】を別の容器に全て入れて、混ぜておく
5. ピピピになったら、ハンバーグを裏返して、鍋に4と【B】を入れて、煮込みモード15分で再スタート  
※作る量に合わせて調理時間は調整してください

# 煮込みハンバーグ

《材料》 3~4人分

## ★ハンバーグ

- ・合いびき肉 300g
- ・たまねぎ（みじん切り）1/2個
- ・卵1コ
- ・薄力粉 大さじ1
- ・塩コショウ 少々
- ・ナツメグ 少々

## ★ソース

【A】

- ・水80ml
- ・赤ワイン 大さじ3
- ・ローリエ1枚（あれば）
- ・コンソメ 小さじ1/2
- ・トマトケチャップ 大さじ3
- ・中濃ソース 大さじ2
- ・塩こしょう 少々

【B】

- ・たまねぎ（薄切り）1/2個
- ・しめじ 1/2株
- ・バター 10g

- ・サラダ油