

# カッターチーズ入りハンバーグ



## 材 料《4人分》

- ・合いびき肉・・・・・・・・・・200g
- ・玉ねぎ・・・・・・・・・・1/2個
- ・ニンジン・・・・・・・・・・1/2本
- ・バター・・・・・・・・・・少々
- ・卵・・・・・・・・・・1個
- ・パン粉・・・・・・・・・・1カップ
- ・サラダ油・・・・・・・・・・小さじ2
- ・トマトケチャップ・・・・・・・・大さじ2
- ・中濃ソース・・・・・・・・・・大さじ2
- ・レタスなど（付け合せ用野菜）4枚
- ・塩　・こしょう　・ナツメグ  
（カッターチーズ）
- ・牛乳・・・・・・・・・・500cc
- ・酢・・・・・・・・・・大さじ5

## 作り方(カッターチーズ)

- ① に牛乳を入れ、ゆっくり混ぜながら中火で沸騰直前まで温める。ふちがふつふつと泡立ってきたら火を止める。
- ②①に酢を入れ、軽にかき混ぜ、酢を全体に行き渡らせる（かき混ぜすぎないこと）。
- ③乳が分離し、固まってきたら、ざるにあげ、水分（乳清）を抜く。

## 作り方(カッターチーズ入りハンバーグ)

- ①玉ねぎとニンジンをみじん切りにし、バターで炒める。
- ②ひき肉と調味料を練り、パン粉と溶いた卵を加えてさらに練る。
- ③最後に玉ねぎ、ニンジン、カッターチーズを加えて練る。
- ④丸く形を整え、火が通りやすいように真ん中をへこませる。
- ⑤フライパンを熱して片面を焼き、裏返して水少々を加えて蓋をし、蒸し焼きにする