

## にこみ 煮込みハンバーグ

<材料> 5個分

- あいびき肉 500グラム
- 玉ねぎ 1個
- 卵 1個
- とけるチーズ 大さじ2
- パン粉 1/2カップ
- 牛乳 大さじ3
- 塩こしょう 少し
- オイスターソース 小さじ1

\*煮込みソース\*

- ホールトマト 1缶
- ウスターソース 大さじ4
- 砂糖 小さじ2



<作り方>

1. ボールにパン粉を入れ、牛乳を加えてパン粉を湿らせておく。玉ねぎはみじんぎりにする。
2. 1に肉、玉ねぎ、卵、チーズを入れ、塩こしょうとオイスターソースで味つけて、ねばりが出るまでよくこねる。
3. 2を5等分にして小判型になるように形をととのえる。
4. フライパンにサラダ油を入れ、3を焼く。
5. 4の両面に焦げ目がついたらホールトマトをつぶしながら入れ、ウスターソースと砂糖も加えて、15分間ほど煮込む。