

食材2つだけ!

鶏ひき肉

×

カット野菜



調理時間

20分

肉じゃが用カット野菜を別メニューで楽しむ

## ミートボールと野菜のクリーム煮

材料 (2人分)

鶏ひき肉…………… 250g

カット野菜(肉じゃが用)… 250g

○酒…………… 小さじ1

○片栗粉…………… 小さじ2

○塩・こしょう…………… 少々

●酒…………… 大さじ1

●洋風スープの素(顆粒)

…………… 小さじ1

牛乳…………… 100ml

ホワイトシチューの素… 1皿分

塩・こしょう…………… 少々

バター…………… 20g

### 1 煮る

鍋にバターを入れて弱火にかけ、野菜を炒める。全体にバターが回ったら、水300ml(分量外)と○を入れて中火にかける。ひき肉と●をボウルに入れてよく練り、10個に分けて丸め、鍋に加えて15分煮る。

### 2 仕上げ

牛乳を加えてひと煮立ちしたら、ホワイトシチューの素を加えて混ぜる。塩・こしょうで味を調える。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索