

料理名

アゲアゲ バーグ



料理のPR（200字以内）

私は自分の地元（八千代）の特産物であるジューシーな油揚げにハンバーグを詰めました。油揚げの中には、一緒に今が旬の白ネギを地元の味噌で和えて、たっぷりを入れて、トースターでこんがり焼きました。表面はカリカリ、中はふわふわのハンバーグとねぎのシャキシャキ感で色々な歯ごたえが一度に楽しめます。また、添えた大根おろしとゆず醤油でさっぱりとしてお酒のつまみにも、晩御飯のおかずにもなります。

調理時間・材料費（4人前）

20分

400円（ハンバーグ代除く）

材料（4人分目安）

ハンバーグ（黒田庄和牛『極』ハンバーグ）	4個
油揚げ	4枚
ねぎ	2本
大根	1/2本

足立醸造の味噌	適量
みりん	適量
酒	適量
金ゴマ（煎り）	適量
金ゴマ（すり）	適量

足立醸造の醤油	適量
柚子	適量

作り方

- ①油揚げを袋状に開く
- ②ねぎを斜めに薄く切る。
- ③Aの材料をよく混ぜる。
- ④③とねぎを和える。
- ⑤焼いたハンバーグと④を①の中に入れる。
- ⑥爪楊枝で袋を閉じ、トースターで少し焦げ目がつくまで焼く。
- ⑦⑥を半分に切って、大根おろしとお皿に盛り付け、醤油に柚子を搾って混ぜ、それをかけて出来上がり。