

カボチャポタージュソースの 自家製ハンバーグ

本社から来る材料	1 人分	用意・発注する材料	1 人分
手作りハンバーグ	1 個		
カボチャポタージュソース	32g		
レッドキャベツ	10g	サニーレタス	1/40 束
ちらしれんこん	9g	コールスロー	1/30 袋
まいたけ	20g	おろしにんにく	0.86g
オリーブ油	3g	こいくちしょうゆ	0.71g
		食塩	0.05g
		酒	1g

【横づけ】

- ① サニーは流水でよく洗い、1 口大にちぎる
- ② コールスローとレッドキャベツは流水でよく洗い混ぜておく
- ③ ちらしれんこんは素揚げしておく

【ハンバーグとポタージュソース】

手作りハンバーグとカボチャポタージュソースは湯煎しておく

【まいたけのソテー】

- ① まいたけは石づきをとり、ほぐす(細かくなって大丈夫です)
- ② こいくちしょうゆ、食塩、酒を合わせてまぜておく
- ③ フライパンにオリーブ油をしき、おろしにんにくをいれて①を入れ炒める
- ④ 火が通ったら②を入れて絡まったら完成

【盛り付け】

- ① 写真のようにサニー、混ぜたキャベツをのせた上に素揚げしたれんこんをのせる
- ② 横づけにまいたけのソテーをのせる
- ③ ハンバーグを①の前に置き、その上からカボチャポタージュソースをかけて完成(写真より緩めのソースですが問題ありません)

