

# かんたん! ミートローフ

【1本分】22cm×11cm×6cm

## 台所コトコト

Yummy food!

~in my kitchen~



パーティーに最適!

年末も差し迫る忙しいなか、家族とクリスマスパーティーをするにも、手間と時間を掛けるのは正直キビシイ...そんな方、多いですよね。そんな時はお任せください!超簡単に食卓を華やかにできるのが「ミートローフ」です。今回、冷めてもジューシーになるひと工夫を加えていますので注目です!

### 材料

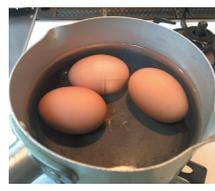
デミグラスソース	20g	卵	3個
おろしニンニク	小さじ1/2	玉ねぎ	小1個
コショウ	適宜	ブラウンマッシュルーム	5個
クレージーソルト	適宜	ベーコン	40g
合挽きミンチ	500g	バター	10g
卵	1個	パン粉	1/4カップ
牛乳	大さじ1	牛乳	大さじ1

※今回の型は、100円均一でも売っている3個入りのアルミ製のものを使用しました。  
※クッキングシートを敷いた方が、型から取り出しやすいです。  
※型は牛乳パックを加工しても転用できます。



### 作り方

**1** 卵3個を固ゆでにして、殻をむいておきます。



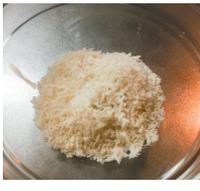
**2** 玉ねぎ、ブラウンマッシュルーム、ベーコンを出来るだけ細かいみじん切りにします。



**3** ②とバターをフライパンに入れキツネ色になるまで炒めて、十分に冷まします。



**4** パン粉に牛乳を入れ10分ほど放置します。



**5** ボウルに③④の材料と①を入れ粘りが出るまで良く混ぜ合わせます。



**6** 角型に、クッキングシートを敷き詰めます。



冷めてもジューシーな仕上がりにする工夫。  
この時、デミグラスソースを加えます。(市販の缶詰でOK) 残りはソースとして使います。

**7** ⑥の型に⑤の種を1cm程度均一に敷き詰めます。



**8** 茹で卵を敷き並べます。



**9** 残りの種を隙間なく敷き詰めます。詰め終わったらまな板に軽く落とすと、余分な空気を抜きます。



**10** オーブンに入れて230度で30分程度じっくりと焼き上げます。竹串を刺して透明な肉汁が出れば焼き上がりです。



**11** オーブンから出し、しっかりと冷めてから型出します。※しっかりと冷めてから型出ししないと切ったときに崩れやすくなります。

**12** 温めた残りのデミグラスソースとお好みの野菜を添えてお召し上がりください。

いただきます

