



5月14日 2年生



佐世保バーガー コンソメスープ 豆乳プリン

【佐世保バーガー】

<材料・2人分>

[A] ◎合挽肉 100g ◎卵 1/4個 ◎玉ねぎ 1/4個 ◎パン粉 大さじ1/2 ◎牛乳 大さじ1/2
[B] ◎卵 1個 ◎塩 適量 ◎砂糖 適量
[C] ◎マヨネーズ 適量 ◎練乳 適量
◎サラダ油 適量 ◎塩、こしょう 適量 ◎レタス 適量 ◎トマト 2枚 ◎ベーコン 1枚
◎チーズ 2枚 ◎ケチャップ 適量 ◎パン 2個

<作り方>

- ① [A] の玉ねぎをみじん切りにし、しんなりするまで炒めたあと、冷ます。パン粉は牛乳に浸しておく。
- ② ボウルに合いびき肉、塩、玉ねぎ、パン粉、卵、こしょうを入れて、粘りが出るまでしっかりこねる。
- ③ ハンバーグのタネができたなら、中の空気をぬいて、形をつくり、フライパンで焼く。
- ④ [B] でスクランブルエッグを作る。ベーコンはフライパンで焼く。
トマトは薄切りにし、レタスはちぎっておく。
- ⑤ [C] のマヨネーズと練乳をまぜ、マヨネーズソースを作る。
- ⑥ トーストしたパンに、具をのせ、マヨネーズソース、ケチャップをかける。

【コンソメスープ】

<材料・2人分>

◎人参 1/6本 ◎玉ねぎ 1/6個 ◎ベーコン 1枚 ◎鶏つゆ 300cc ◎塩、こしょう 少々

<作り方>

- ① ベーコンは1cm幅に切り、玉ねぎは薄切り、人参は細切りにする。
- ② 鍋にチキンブイヨン、水を入れ火にかけ、沸騰したらベーコン、人参、玉ねぎを入れる。
- ③ 野菜が柔らかくなったら、塩、こしょうで味を調える。

【豆乳プリン】

<材料・2人分>

◎豆乳 600cc ◎砂糖 60g ◎ゼラチン 2枚 ◎水 適量 ◎桃缶 1缶

<作り方>

- ① ゼラチンを水でふやかす。
- ② 鍋に、豆乳を入れて火にかけ砂糖を加えて弱火で溶かす。火からおろし、ふやかしたゼラチンを入れて溶かす。
- ③ 混ぜながら粗熱を取り、器に流し、冷やし固める。
- ④ 桃缶をミキサーにかけ、上からかける。