

メニュー名:ひまわり蒸し

材料 (おとな4人分)

材料名	分量
豚ひき肉	100g
鶏ひき肉	100g
たまねぎ	100g
えのきたけ	20g
★濃口しょうゆ	小さじ1
★みりん	小さじ1
★食塩	ひとつまみ
★かたくり粉	大さじ1
ホールコーン	60g
ケチャップ	大さじ2
紙カップ	4枚

作り方

- 1.たまねぎとえのきたけをみじん切りにする。
- 2.ボウルに豚ひき肉、鶏ひき肉と1のたまねぎとえのきたけ、★の調味料を入れ、しっかり混ぜ合わせ、4等分にする。
- 3.紙カップに2を入れる。(真ん中を少しくぼませる)周りにホールコーンをのせ、蒸し器で20分蒸す。
- 4.蒸し上がったら、真ん中のくぼみの部分にケチャップをのせる。

