






エゾシカ 煮込みハンバーグ

◎材料

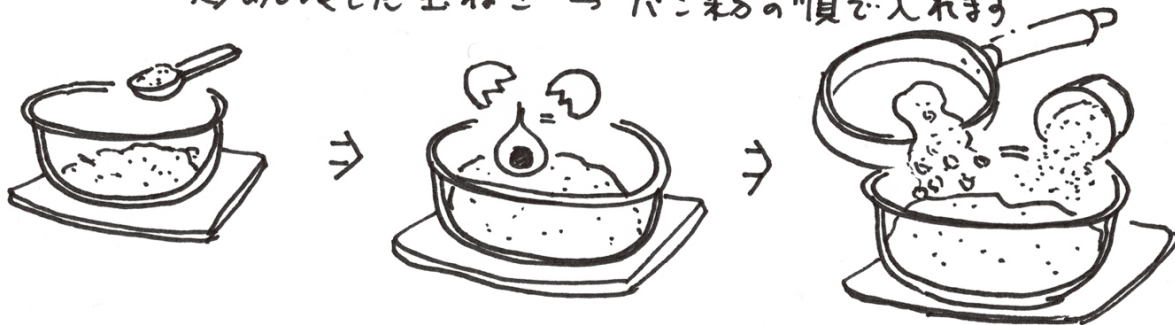
- ・エゾシカ挽肉 500g
- ・塩  小匙1
- ・卵  2ヶ
- ・パン粉  1カップ
- ・玉ねぎ  1ヶ
- ・バター  20g

◎作り方

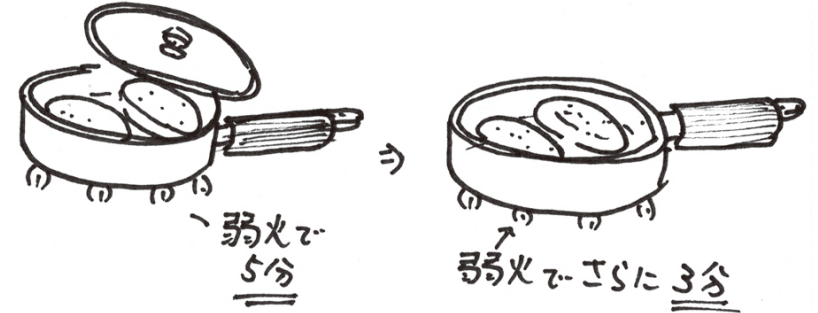
1. 玉ねぎをみじん切りにして、バターで炒めます。



2. エゾシカ挽肉に塩を入れてよく練り、卵を入れて、うながさまでよく混ぜ、炒めて冷した玉ねぎ → パン粉の順で入れます。



3. お好みの大きさに丸め、弱火でフタをして5分焼き、裏返してさらに3分焼きます。



4. お好みのソースを入れて5分程度煮込んで完成!!



- ・洋食アレンジ
デミグラスソース・トマトソース
カレーソース etc.
 - ・めんつゆ + 片栗粉
 - ・4ヶ風煮込
 - ・味噌煮込
- 色々アレンジ可能!