



9月 おすすめレシピ



お月見ハンバーグ

<材料>1 個分

豚ひき肉	20g
鶏ひき肉	15g
木綿豆腐	10g
玉ねぎ	10g
パン粉/片栗粉	2g/1g
塩	少々
うずら卵水煮	1/2 個
しょうゆ/みりん	2g/1g
砂糖/酢	0.5g/1g
片栗粉/水	0.5g/適量

<作り方>

玉ねぎ：みじん切り

- ① ☆をすべて混ぜて、こね、小判型に形成する。
- ② ①にうずら卵を少し押し込んで乗せる。
- ③ フライパンかオーブンで焼く。
(オーブン 200℃ 15分)
- ④ ★をすべて混ぜ、加熱し、沸騰後、水溶き片栗粉をいれ、とろみをつける。
- ⑤ ③にタレをかけたら出来上がり。



月をイメージしてうずら卵をのせました！子どもたちも珍しかったようで、人気でした😊



マシュマロサンドクラッカー

<材料>2 個分

クラッカー	4 枚
マシュマロ	2 個



<作り方>

- ① 鉄板にクラッカーを2枚並べ、その上にマシュマロをのせる。
- ② 180℃で余熱後、3分ほど焼く。
- ③ オーブンから取り出し、残りのクラッカーをそれぞれのせたら出来上がり。

子どもたちにも人気でした♥
簡単にできるのでぜひご家庭でもお子さんと一緒に作ってみてください😊

電子レンジでもOK！

②の工程で耐熱の平皿を使い
500w 10~15 秒温めるとできます♪