

ねぎ

ネギつくねバーグ



材料(2人分)

□材料

●ねぎ 2本

●鶏ひき肉 200g

調味料

★しょうゆ 大さじ1

★みりん 大さじ1

★酒 大さじ1

★ごま油 大さじ1

★しょうが(チューブ)

..... 大さじ1

●小麦粉(水気があれば) 適量

●つけ合わせ

..... レタス・トマトなど

□■□■ 作り方 □■□■

- ①ネギを良く洗い、細かく切る。
- ②ボウルにネギ、鶏ひき肉を加えて、★の調味料も加え全体を混ぜて、練りこむ。すこし柔らかめの時は、小麦粉を入れて形成できる硬さにする。
- ③②を丸めて形成し、油をひいたフライパンで焼いてできあがり。