

かぶの丸かじり

●材料●（1人分）

- ・かぶ 1個
- ・豚ひき肉 100g
- ・にんじん 1/3本
- ・ベーコン 2枚

味付け(かぶ)

- ・塩、こしょう 少々
- ・しょうゆ 小さじ1/2
- ・片栗粉 小さじ1/2
- ・卵 1/2個
- ・水 200cc
- ・中華スープ 大さじ1/2

味付け(おひたし)

- ・しょうゆ、砂糖、酒、みりん 各小さじ1



●作り方●

- ①かぶの皮をむき、かぶの中をスプーンでくりぬく。
 - ②くりぬいたかぶはみじん切りにする。
 - ③にんじん、かぶの葉をみじん切りにする。
 - ④豚ひき肉と②(半分)と③(半分)を合わせて、塩、こしょう、しょうゆ、片栗粉、卵を入れてこねる。
 - ⑤くりぬいたかぶに④をつめる。
 - ⑥お湯に中華スープを溶かし、かぶを入れて10～15分間煮る。
- <残った材料でもう一品！(おひたし)>
- (1) ベーコンを1cmに切り、②(半分)と③(半分)と一緒に炒める。
 - (2) しょうゆ、砂糖、酒、みりんを入れる。

●ポイント●

- ・かぶの中に肉をつめて器にした。
- ・かぶの葉も全て使用。