



## レンコン入り豆腐ハンバーグ

(アレンジ元レシピ：赤味噌ゴボウバーグ)

<作り方>



<材料> (4人分)

|          |      |       |      |
|----------|------|-------|------|
| 鶏ミンチ     | 250g | 大根    |      |
| レンコン     | 200g | 青しそ   | 適量   |
| 木綿豆腐     | 1丁   | プチトマト |      |
| A (水を切る) |      |       |      |
| きざみねぎ    | 適量   | サラダ油  | 大さじ2 |
| 片栗粉      | 大さじ3 |       |      |
| 塩・こしょう   | 少々   |       |      |

1. レンコンをみじん切りにする。
2. 材料 A を全て混ぜ合わせる。
3. 形を整え、フライパンにサラダ油を入れ、両面焼く。
4. ハンバーグの上に大根おろしと千切りにした青しそを乗せる。
5. 彩りでプチトマトを添える。