

「肉だんご甘辛みそあんかけ」



●材料（2人分）●

【肉だんご】

とりミンチ	160g
れんこん	60g
塩・こしょう	適量
酒	適量
小麦粉	適量

【甘辛みそ】

赤味噌	大さじ1
砂糖	大さじ5
からし	適量
酒	適量



●作り方●

【肉だんご】

- ① れんこんみじん切りにして、とりミンチと混ぜ合わせる。
- ② 調味料を入れて、さらに混ぜる。
- ③ 親指大に丸め、小麦粉をまぶす。
- ④ 沸騰したお湯に肉だんごを入れ、8分程ゆでる。
- ⑤ おろして皿に盛る。

【甘辛みそ】

- ① ボールに材料を混ぜる。
- ② よく混ぜたら、味を調べ鍋に入れて火を通す。
- ③ 肉だんごの上から甘辛みそをかける。