



## 学校給食レシピ



### 手作りハンバーグ

給食では、卵・乳を使わずに作っています。  
子どもたちにも好評のメニューです。

#### 材料（4個分）

・合いびき肉	200g
・たまねぎ	1/8 個
・にんじん	1/10 本
・マヨネーズ	小さじ 3
・ポークブイヨン(液)	小さじ 2
・赤ワイン	小さじ 1
・パン粉	30g
・塩	ふたつまみ
・こしょう	少々

#### 作り方

- ① にんじん、たまねぎは、みじん切りにする。
- ② 材料を全てボールに合わせ、肉にねばりが出るまでこねる。
- ③ 成型して、焼く。
- ④ 好きな付け合わせと一緒に皿に盛る。

※給食では、卵不使用のマヨネーズタイプドレッシングを使用しています。

※ポークブイヨンは、タネの固さを調節するために使います。

水や赤ワイン、牛乳などに変えても作れます。