

11月のおすすめレシピ

ポークビーンズ

材料 4人分

大豆水煮	1袋
豚ひき肉	90g
塩	少々
ローリエ	少々
にんじん	2/3本
たまねぎ	大1個
じゃがも	大1個
バター	5g
コンソメ	9g
ケチャップ	大さじ5
さとう	大さじ1.5



【作り方】

- ① 野菜は1cm程度に切る。
- ② 鍋にバターを熱し、豚ひき肉を炒め、塩・ローリエ少々をする。
- ③ 肉が炒まったら、①を入れ、ひたひたの水とコンソメを入れて煮る。
- ④ 煮立ったら火を弱め、大豆水煮、調味料を加えアクを取りながら煮込み、塩で味を調える。