



“さっぱりジューシー” 柑橘ソースのポンバーグ

ポンジュースの新たな魅力

NEW CHARM POINT

定番メニューのハンバーグをケチャップともデミグラスとも違う、柑橘ソースで。
お店のような味わいに感動します。



作って Eating!
食べてみました。

蒸し焼きにすることで中まで火が通り、ムラなく焼き上がりました。お肉に入ったポンジュースが肉の臭いをマスクしてくれます。さっぱりとした味わいなので、夏場ももりもり食べられそうです。

▶ 作り方

- たまねぎ1個を細かくみじん切りにし、バターとたまねぎ1/2個分を耐熱容器に入れ、ラップをして500Wレンジで2分加熱(※)。ラップをあけて熱を飛ばしておく。
※透明になっていない場合はさらに30秒延長。
- パン粉とポンジュースを合わせ湿らせておく。
- ボウルに牛豚ひき肉・塩・こしょうを加え、粘りが出るまで混ぜる。
- [1]のたまねぎ・[2]のパン粉・卵を加え、肉が潰れてねっとりするまで混ぜる。
- [4]を4等分にし、ハンバーグ状に成型する。
- フライパンに油を熱し、[5]を並べる。表面全体にこんがり色がついたら裏返す。裏返し1分ほどたったら、ワインを加え蓋をし、弱火で7分蒸し焼きにする。焼きあがったら火を止め、そのまま蓋をして1分蒸らす。
- 【ポンバーグソース】
小さじ1のサラダ油を熱し、フライパンにたまねぎ1/2個分を入れ、よく炒める。ポンジュースを入れ、弱火で2分半たまねぎが完全に透明になるまで煮込む。ケチャップ・ウスターソース・薄口しょうゆ・コンソメ・マスタード・砂糖を入れ、1分混ぜながら煮込む。水溶性片栗粉を加え、とろみがつくまで混ぜる。火を止めて最後にバターを加え、溶かす。塩・こしょうで少し濃い目に味を調える。
- ポンバーグにポンバーグソースをかけてできあがり。

▶ 一口メモ

ポンバーグソースを作るときにフライパンに残ったポンバーグの肉汁を加えると、さらに美味しさがアップします。

▶ 材料(4人分)

- 牛豚ひき肉 …… 400g
- たまねぎ …… 100g (中1/2個)
- バター …… 5g
- 溶き卵 …… 1個分
- パン粉 …… 1/2カップ
- ポンジュース …… 40ml
- 塩 …… 小さじ1/4
- こしょう …… 少々
- 赤ワイン(酒) …… 大きじ3
- サラダ油 …… 大きじ1
- ▷ポンバーグソース
 - たまねぎ …… 100g (中1/2個)
 - ポンジュース …… 150ml
 - ケチャップ …… 大きじ1
 - ウスターソース …… 大きじ1/2
 - 薄口しょうゆ …… 小さじ2
 - コンソメ(顆粒) …… 小さじ1/2
 - マスタード …… 小さじ1/2
 - 砂糖 …… ひとつまみ
 - ▷水溶性片栗粉
 - 片栗粉 …… 小さじ1/2
 - 水 …… 小さじ1
 - バター …… 5g程度
 - 塩 …… 少々
 - こしょう …… 少々

