

料理名

デミグラス仕込みのミートソース

2人分

調理時間 約30分

作り方

1. 玉ねぎ、にんじんは3～4mm角程度の粗みじん切りにする。
2. フライパンにサラダ油を入れて、合い挽き肉を炒める。赤身がなくなったら、玉ねぎとにんじんを加えてさらに炒める。
3. すりニンニクと塩こしょうを加えて、さらに炒める。
4. デミグラスソース、トマトケチャップ、トマトペースト、水を加えて沸騰したら、弱火で3～4分間煮こむ。
5. パスタは表示に従い茹でる。
6. 器にパスタを盛り、ミートソースをかける。お好みでパセリみじん切と粉チーズを加える。

材料

牛豚合挽肉	100g
玉ねぎ	1/4個
人参	15g
すりニンニク	2g (小さじ1/3)
塩	2g (小さじ1/3)
こしょう	少々
サラダ油	適宜
デミグラスソース	150g
水	50ml
トマトケチャップ	25g (大さじ1.5)
トマトペースト	10g (大さじ1/2)
パセリみじん切	適宜
粉チーズ	適宜
パスタ (乾燥)	160g

