

ロールキャベツ



キューピーテイステイドレッシング
「黒酢玉ねぎドレッシング」を使用

<材料> (2人前)

合いびき肉	100 g
玉ねぎ	50 g
ディノケール	8 枚
(A)パン粉	大さじ 1・1/2
(A)溶き卵	15g
(A)塩	少々
(A)こしょう	少々
(B)水	1.5 カップ
(B)コンソメ顆粒	小さじ 1/2
(B)黒酢玉ねぎドレッシング	大さじ 1
(B)こしょう	少々
(B)ローリエ	1 枚

<作り方>

〔下準備〕 ディノケールは5分茹でておく。

- (1) フライパンに油を中火で熱し、玉ねぎをしんなりさせるまで炒め、粗熱をとる。
- (2) ディノケールは芯のまわりに深い切り込みを入れ、芯を取り除く。
- (3) ボウルに挽肉を入れ、粘りが出るまでよく練り混ぜ、(1)の玉ねぎ、(A)を加えてさらによく混ぜ、タネを8等分する。
- (4) ディノケールに(3)のタネをのせ、きっちりと巻いて包む。
- (5) 巻き終わりを下にして鍋に並べ入れ、Bを加えて中火で煮立てて、アクを取る。弱火にしてフタをし、30分程煮る。
- (6) 器に盛りつけ完成。