



やわらかキャベツで巻き巻きギュー

[11] おふくろの味 御多幸 (店主 田淵 悦子さん)

材 料 *4人分

牛肩ロース……………200g
(荒びきミンチ)
キャベツ……………8枚
玉ねぎ……………1個
ベーコン……………2枚
パン粉……………1/2カップ

牛乳……………大さじ4
塩……………少々
コショウ……………少々
ナツメグ……………少々
マッシュルーム……………40g
白粒コショウ……………10粒

バター……………大さじ1と1/2
固形スープ……………1/2個
白ワイン……………1/2カップ
水……………1と1/2カップ

煮込む時、あまり強火にせず、おとしぶたをして中火でコトコト煮るといいですよ。

Cooking Point

つくり方

- 1 キャベツは芯をそぎ取り、芯の方から熱湯に入れてゆで広げる。
- 2 玉ねぎは半分みじん切りにしてバターで炒める。残りの半分は薄切りにする。
- 3 ひき肉、炒めた玉ねぎ、牛乳で湿らしたパン粉を混ぜ、塩、コショウ、ナツメグで調味し、八等分する。
- 4 キャベツの水気を拭き、内側に小麦粉をふって③のをせて巻き、終わりをようじで止める。
- 5 浅鍋に巻き終わりを下にして並べ、玉ねぎの薄切り、マッシュルームのうす切り、ベーコンの千切り、Aを煮立てて20~30分煮込み(中火)、器に盛り付ける。
- 6 食べる前に、白粒コショウを挽きふりかけてできあがり。(黒コショウでもOKです。)

Cooking Point

- 盛りつける時は少し深めの器に盛りつけスープが飲めるようにすると良いと思います。
- キャベツの上にマッシュルームうす切り、出来ればミニトマトのうす切り等を乗せるときれいです。
- 小さいお子さん向けに、キャベツの上にケチャップ等を乗せても良い。大人はからしを乗せても美味しいです。