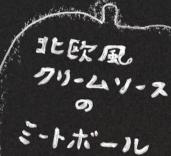
HAPPY HALLOWEEN TO COME.





面材料面(4人分)

术

・牛豚あいびきミンチ … 600g

・玉ねぎ … 1508(中12) ミジンtカ

・パンギ分 … 30g

・こしょう、塩…少々

いんせり …ハさじ1

・ナツァグ … 小さじ ½



- ・バター … 30ま
- ・小麦粉 … 大さじ4
- ・白ワイン … 大さじ2
- ・ブラウンマッシュルーム…6個
- · ホワイトマッシュルーム…6個
- ・牛多山 … 800m~(要調整)
- ・デニグラスソース…708 (市販のもの)
- ・ 塩にはう … 味みながら整路
- ・食りのハーブ













- フラクパンに油をひき にまねぎが透きとおって
 きにら バックに うつし 2令ます。
- ②ボールにミートボールのオキギナと目を加え しっかりこれてピップポッチ求程度の大きさに 丸めていく。
- ② ラアめのフライパンか鍋に油をひき ミートボールを火乗く、全体に色がついたら白みを えれち分程熱し一度取り出す。 フライパンの 余分な船をあるきとる
- ③ バターを入れとけてきにらり夏半分を加え こびないように10分程火を通し 牛乳を少しづっかえその都度しのりませい ダマのできないようにかったいく。 デミグラスソースもかったらミートボールと マッシュルームを入れ10分程着のめる。 中身に火が通っていれば、0K. は毎こしょうでできを整えて完成





