

# 韓国

## お正月一品料理

### ◎ミニハンバーグ（トン格蘭テム）

#### 〈材料〉 5人分

豚ひき肉	500g
とうふ	1/2丁
たまねぎ	大1個
にんじん	小1本
(れんこん)	50g
卵	1個
小麦粉	大さじ2~3

#### 調味料

A	塩	小さじ1/2
	しょうゆ	大さじ3
	ごま油	大さじ1
	あらびきこしょう	少々

冷凍枝豆（皮むき）	1袋
ミニトマト	1パック

#### 〈作り方〉

- ① たまねぎ、にんじん、(れんこん) をみじん切りにし、豆腐は水切りしておく。
- ② ボールにひき肉を入れ、Aの調味料をすべて入れよく混ぜる。
- ③ ②に①を加えつなぎの卵と小麦粉を加えよく混ぜる。
- ④ 直径5~6cmのハンバーグを作り、真ん中にそら豆をのせる。
- ⑤ フライパンにサラダ油を少し入れて、ハンバーグを並べ両面焼く。
- ⑥ お皿にミニトマトを飾り、ハンバーグを並べる。