

スラッピースョー

(材料 4人分)

・合びき肉	120g
・たまねぎ	小1個
・★ケチャップ	大さじ3
・★ソース	大さじ2
・★砂糖	小さじ2
・塩	少々
・パン粉	大さじ4
・いため油	適量
・洋辛子	少々



スラッピースョーは、パンにサンドして食べる料理です。給食では、ピタパンにサンドして食べますが、トーストに乗せても美味しいです。



(作り方)



- ①たまねぎはみじん切りにしておく。
- ②★の調味料を混ぜ合わせておく。
- ③熱したフライパンに油をひき、合びき肉をいため、肉の色が変わったら、たまねぎを加えてさらにいためる。
- ④たまねぎがアメ色になったら、②を加える。
- ⑤パン粉と洋辛子を加え、塩で味をととのえて完成。