



味噌ミートソース(パスタなど)

材料(作りやすい分量)

合挽肉	500g
トマトの水煮	1缶
にんじん	1本
たまねぎ	1個
セロリ	1本
ニンニク	1かけ
固形スープの素	1個
赤ワイン	80ml
味噌	50g
小麦粉	大さじ1
オリーブ油	大さじ2
月桂樹の葉	1枚
塩・コショウ	少々

作り方

- 1 にんじん、たまねぎ、セロリ、ニンニクをみじん切りにする(フードプロセッサー使用可)。
- 2 鍋にオリーブ油を入れて、1を炒める。
- 3 2に合挽肉を加えて炒め、大さじ1の小麦粉を振り入れてさらに炒める。
- 4 3に、赤ワイン、味噌、トマトの水煮、固形スープの素、月桂樹の葉を加え、時々混ぜながら水気がなくなりトロっとするまで15~20分煮る。
- 5 味見をして、塩、コショウで味を調える(味噌の塩分によって味が異なる)。

料理を彩る

日光産
農畜水産物例

