～＊～蓮根ハンバーグ　オレンジソースかけ～＊～

＜材料　4人分＞

合挽ミンチ・・・・120g

絞り豆腐・・・・・120g

蓮根・・・・・・・120g

ひじき（乾燥）・・2g

うすくち醤油・・・小さじ 2/3

塩、こしょう・・・少々

卵・・・・・・・・・1/2 個

パン粉・・・・大さじ 2

＜オレンジソース＞

ポンジュース・・・・40cc

トマトケチャップ・・大さじ 2

砂糖・・・・・・・・・小さじ 1

白ワイン・・・・・・小さじ 1

塩・・・・・・・・・・少々

水溶き片栗粉・・・・適量

＜作り方＞

①れんこんは、半分をみじん切り、半分をすりおろす。

②材料を全部混ぜてこねて、成形する。

③フライパンで焼く。

④オレンジソース＝鍋に材料を入れ沸かす。

⑤沸いたら、水溶き片栗粉でとろみをつける。

⑥焼けたハンバーグに⑤のオレンジソースをかけて出来上がり。

※オレンジソースは大好評で、「美味しくてパンにつけて食べました」と給食委員会の児童が話してくれました。

　４年生のあるクラスでは、バットに残っているソースを根こそぎ取って食べてくれたそうです。ありがとう！！