

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

じゃがいものマッシュの下に隠されたシチューが嬉しい!

シチュー仕立てのアッシュパルマンティエ

調理時間 **30分**
(焼き時間は除く)

1人分

496kcal



※写真はイメージです。

秋の旬食材



じゃがいも



使ったのはコレ!



ハウス 北海道シチュー「ビーフ」



つくり方動画を
配信中!

《レシピ考案》
Goo Goo Foo
フードクリエイター
堀池 美由紀



シチュー仕立てのアッシュパルマンティエ

材料/4人分

玉ねぎ・・・・・・・・・・・・・・1個
にんじん・・・・・・・・・・・・・・1本
合いびき肉・・・・・・・・・・・・・・400g
水・・・・・・・・・・・・・・2カップ
ハウス 北海道シチュー「ビーフ」
・・・・・・・・・・・・・・1/2箱
塩・・・・・・・・・・・・・・小さじ1/2
こしょう・・・・・・・・・・・・・・適量

〈マッシュポテト〉

じゃがいも・・・・・・・・・・・・・・4個(550g)
バター・・・・・・・・・・・・・・30g
牛乳・・・・・・・・・・・・・・大さじ5~6
塩・・・・・・・・・・・・・・小さじ1/2
こしょう・・・・・・・・・・・・・・適量

作り方

- ①玉ねぎは1cm、にんじんは5mmほどの角切りにする。じゃがいもは皮をむき、3cm大に切る。
- ②じゃがいもは塩少々(分量外)を入れ、水から煮る。つまようじがすっと刺さるまで茹でたらお湯を捨て、潰す。バター、牛乳を加えて混ぜ、塩、こしょうで味を整える。
- ③フライパンに、ひき肉を加えて焼き、玉ねぎ、にんじんも加えて炒める。
- ④水を加えて、沸騰したら蓋をして約10分煮る。「ハウス 北海道シチュー「ビーフ」」のルーを割り入れて溶かし、塩、こしょうも加え、かき混ぜながらさらに5分煮る。
- ⑤耐熱皿に④を入れ、上に②をのせる。フォークで筋をつけ、220℃のオーブンで10分、焼き色がつくまで焼く。