

## ■材料(保存容器大1個分)

豚ひき肉	約350g
タマネギ(大)	1/2個
ニンジン(小)	1本
ニンニク(チューブ)	3cm
トマト缶	1缶
油	適量



## 調味料A

中濃ソース	50ml
白ワイン	50ml
砂糖	大さじ1

## 調味料B

塩	2つまみ
ブラックペッパー	適量

## ■ 作り方

1. タマネギとニンジンはみじん切りにする。鍋に入れて、トマト缶と調味料Aを加え弱火にかけ、ニンニクを加える。
2. フライパンに油を熱し、ひき肉と調味料Bを入れて弱火で色が変わるまで炒めて、1の鍋に入れる。
3. 鍋底を焦がさないように弱火で野菜が柔らかくなるまで落しブタをして20分以上煮込み、塩(分量外)で味を整える。

## ■ ポイント

ひき肉はフライパンで炒めた後に脂をしっかり取ってから鍋に入れると良い。