

もち大豆バーガー



材料 (4人分)

合挽ミンチ…200g

乾燥もち大豆…20g

たまねぎ…1/2玉

たまご…1/2個

塩コショウ…少々

レタス…4枚

ケチャップ…大さじ1

ハンバーガーバンズ…4個

作り方

1. 乾燥もち大豆は前日に水に漬けておく。
2. 戻したもち大豆を1時間茹でて煮す。
3. ボウルに合挽ミンチを入れ粘り気が出るまでこね、みじん切りにしたたまねぎ、溶き卵、塩コショウと、煮したもち大豆を加えさらにこねる。
4. ハンバーグのタネを整形しフライパンで焼く。
5. ハンバーガー用のバンズを切り、バンズ、レタス、ハンバーグ、ケチャップ、バンズの順にのせ完成。

