

☆レシピ「甘酢肉団子」

野菜が多く入っているのにとっても人気のあったメニューです。ぜひお試しください。

材料名（4人分）	数量（g）	調理法
肉団子	20個	① 肉団子を油で揚げる。 ② 玉ねぎはくし切り、じゃがいもは乱切り、にんじんも乱切りにする。 ③ 野菜を油で炒め、水を入れて柔らかくなるまで煮る。 ④ ③に肉団子、調味料を加え最後に片栗粉でとろみをつける。
揚げ油	適量	
玉ねぎ	150（1個）	
じゃがいも	200（2個）	
にんじん	100（1/2本）	
油	大2	
砂糖	大5	
しょうゆ	小1	
酢	大6	
ケチャップ	大5	
水	1/2カップ	
片栗粉	大1～2	