



ミートボールを使った 10分~15分でできるアレンジレシピ

●ミートボールでピーマンの肉詰め 『手を汚さない、中に火が通っていない！を解消！』

【材料】

ピーマン3個、ミートボール1袋（お好みの味でOK）、小麦粉・溶けるチーズ・パン粉…各適量

【作り方】

- 1.ミートボールの袋を開けずに、ミートボールを潰して挽肉状にする
- 2.ピーマンを縦半分に割り、種とヘタを取りレンジで約30秒加熱する
- 3.ピーマンの内側に軽く小麦粉をまぶす
- 4.ミートボールの袋の開け口を斜めに切り、ピーマンに絞り入れる
- 5.チーズ、パン粉をかけ、トースターでチーズが溶けるまで焼く



●ミートボールで簡単グラタン 『いつものお弁当の主役がパーティーの主役に変身』

【材料】

ミートボールトマトソース味1袋、市販のレトルトクリームシチュー、マカロニ、コーン、パプリカ、溶けるチーズ、パン粉

【作り方】

- 1.マカロニを茹で、耐熱容器に入れる
- 2.クリームリゾットの素又はシチューをかけ、ミートボールをバランスよく配置しソースも全体にかけ
- 3.1センチ角に切ったパプリカ、コーンを彩りよく配置し、チーズ・パン粉をかけてトースターで焼く
- 4.パセリをちらす



●ミートボールと餃子の皮で簡単ミニピザ 『親子で楽しく簡単に作れます』

【材料】

※1回で4枚~6枚焼けます

ミートボール1袋（お好みの味でOK）、餃子の皮、コーン、万能ねぎ、刻み海苔、溶けるチーズ

【作り方】

- 1.ミートボールを半分に切る
- 2.餃子の皮にミートボールのソースを塗り、ミートボール、コーン、刻んだ万能ねぎ、チーズを乗せ、トースターで焼く
- 3.チーズが溶けたら刻み海苔をかける



※トマトやカレーミートボール、とりそぼろや、好きな食材でオリジナルを作る楽しみ方ができます！

●ミートボールカクテル 『盛り付けを変えるだけで料理上手に見えちゃう！？』

【材料】

ミートボール、パプリカ、コーン、アスパラ、パセリ

【作り方】

- 1.パプリカ、アスパラをレンジで約1分加熱し、5mm角にカットする
- 2.ショットグラスなどの小さめのグラスにミートボール、パプリカ・アスパラ・コーンを交互に入れる
- 3.かわいいピックやパセリを飾る