

照焼ミートボールなんちゃってアレンジレシピ

①揚げずに簡単！なんちゃってミートボールコロッケ



店舗で

お買い求めいただけます！
(小売希望価格:120円)



材料 約3人前

イシイの照焼ミートボール	1袋
じゃがいも	中2個
コーン缶	大さじ3
牛乳(水で代用OK)	大さじ2
塩コショウ	適量
パン粉	適量

作り方

- ①、耐熱皿にスライスしたじゃがいもを入れ、牛乳を加えてラップをかけ電子レンジで500wで6分加熱。
- ②、じゃがいもが柔らかくなったらつぶす。塩コショウ、コーンを加えて混ぜる。
- ③、ミートボールは軽く温めておく。ラップに②を広げ真ん中にミートボールを入れる。
- ④、ラップできゅっときれいに丸める。※緩いと型崩れしますのでご注意！
- ⑤、フライパンを熱し、パン粉がきつね色になるまで炒める。
- ⑥、④のじゃがいもに⑥のパン粉がつくよう転がす。パン粉がきれいについたら出来上がりです！

②電子レンジでなんちゃってミートボール肉まん



材料 約2人前

イシイの照焼ミートボール	1/2袋
食パン	5枚
水	適量

作り方

- ①、食パンの耳を切り落とし、片面は霧吹きで湿らせる。(またはハケ等で水を塗り、湿らせる。)
- ②、①にミートボールを1粒～2粒のせて、食パンでピラミッドを作るようにラップで包みます。
- ③、②を電子レンジ500wで20～30秒温めて出来上がりです！