

ファミリークリスマス★子どもと作ろう!
クリスマスミートローフ
 簡単 & ツリーサラダ

クリスマスの代表的な料理のひとつ「ミートローフ」。混ぜて焼くだけなのに見栄えもよく、カラフルに飾りつけるとテーブルがグッと華やぎます。
 混ぜる作業や飾り付けをお子さんに手伝ってもらおうと、ファミリークリスマスが一層盛り上がりますよ♪(K)



クリスマスミートローフ 15cmリング型 3~4人分



材料

- 牛豚合挽肉.....300g
- 玉ねぎ.....小1個
- 人参.....小1本
- いんげん.....100g
- 溶き卵.....1/2個分
- パン粉.....大2と1/2
- 塩.....小1弱
- 胡椒.....少々
- ウスターソース...大1と1/2

***ソース**

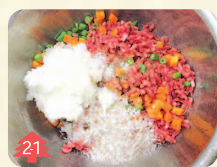
- ケチャップ.....大3
- ウスターソース...大2と1/2

***飾り**

- ・茹で人参とスライスチーズ
- ・パセリ適量

作り方

- 1** 玉ねぎをみじん切りにしてレンジで約1分加熱する。人参といんげんは熱湯でさっと茹で、人参は小さめのサイコロ状、いんげんは小口切りにする。
- 2** ボールに、すべての材料を入れ(2-1)、粘りが出るまでよく混ぜ合わせる。リング型の内側に分量外のサラダ油を薄く塗り、詰める(2-2)。
- 3** 210~220度に余熱したオーブンで約30~40分焼く。途中で焦げるようなら上にアルミ箔をかぶせる。竹串を刺して透明の汁が出ればOK。
- 4** 焼きあがったら粗熱をとって、焼き汁(ソースに使用)を除いてから器に盛り付ける。
- 5** 焼き汁にソースの材料を加え、ミートローフにかける。茹で人参・チーズをお好きな型でくり貫いたもの(5)と市販のクリスマス飾りをつけたら完成!



ツリーサラダ



材料

- ・茹でブロッコリー
- ・ミニトマト
- ・角切りチーズ.....各適量
- ・星形人参.....ツリー1つにつき1個
- *マッシュポテト**
- ・ジャガイモ.....5個
- ・牛乳.....1/2カップ
- ・生クリーム...1/4カップ
- ※牛乳・生クリームはお好みの量で硬さを調節
- ・塩・胡椒.....適量

作り方(マッシュポテト)

- 1** ジャガイモにラップをしてレンジでやわらかくなるまで加熱する。
- 2** 熱いうちにジャガイモの皮をむき、ボールに入れてなめらかなるまでよくつぶし、牛乳・生クリームを入れ、塩・胡椒で味をととのえる。
- 3** ガラスの器の一番下にマッシュポテト、その上にブロッコリー、さらにマッシュポテトと交互に乗せ、ツリーのようにする。間にミニトマトやチーズを飾りつけ、一番上に星形人参を飾って完成。



今回は1人分ずつ用意しましたが、大皿に盛り付け大きなツリーにして皆で取り分けても楽しいですね。