


# 【ハンバーガーの作り方】

(500Wの場合)

- ① 卵は洗って割り、牛乳とマヨネーズを大さじ1ずつレンジ容器に入れ、蓋をして2分加熱する。  

- ② 小さな器にラップを敷いて、卵をのせ丸める。
- ③ ビニール袋にハンバーグの素を大さじ2と水50mlを入れて混ぜる。
- ④ そこに合い挽き肉を混ぜて半分に分け、丸くして真ん中をへこませる。

⑤ レンジ容器に入れて蓋をして4分加熱する。

- ⑥ ボールにケチャップ大さじ2、ウスターソース大さじ1、砂糖小さじ1を入れて混ぜる。

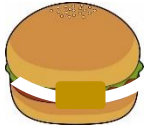


- ⑦ レンジ容器から取り出したら、⑥のソースをかけ、チーズをのせて、蓋をして2分加熱する。

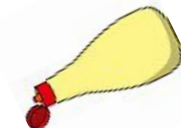
⑧ パン2つとも2cm残し横半分に切る。



⑨ パンにハンバーグをのせて、ソースをかける。



- ⑩ 一つはレタスを、食べ易く手でちぎってのせ、マヨネーズをかける。



- ⑪ もう一つは、②の卵をのせる。