

# ハンバーガーの材料 (一人分)

- ♪ <sup>あ</sup> <sup>び</sup> <sup>にく</sup> 合い挽き肉 <sup>ぐらむ</sup> 70 g
- ♪ <sup>もと</sup> <sup>おお</sup> ハンバーグの素(大さじ2) <sup>ぐらむ</sup> 14 g
- ♪ <sup>たまご</sup> 卵 <sup>こ</sup> 1個
- ♪ <sup>まい</sup> とろけるスライスチーズ 2枚
- ♪ <sup>こ</sup> バーガーバンズ 2個
- ♪ <sup>まい</sup> レタス 1枚

## <sup>ちょうみりょう</sup> 調味料・他

牛乳(大さじ1) マヨネーズ(<sup>おお</sup>大さじ2)

ケチャップ(<sup>おお</sup>大さじ2)、砂糖(<sup>さとう</sup> <sup>こ</sup>小さじ1)

ウスターソース(<sup>おお</sup>大さじ1)、水(50 <sup>ミリ</sup> <sup>リットル</sup> ml)