

【冷蔵】

ハンバーグステーキの焼き方

- step 1** ハンバーグの真ん中を少しへこませる。
- step 2** 少量の油を熱したフライパンで、へこませた部分を上にして**中火で5分ほど**焼きます。
- step 3** 香ばしい焼き色が付いたら裏返し、水または酒を少量振り入れて蓋をし、**弱火で3分ほど蒸し焼き**にします。
- step 4** ひっくり返し、強火で水分を飛ばしこんがり仕上げます。
- 竹串を刺し透明な肉汁が出てきたら火が通っているサインです。
- step 5** 焼き上がったらフライパンから取り出します。
- step 6** 同じフライパンにソースを入れ煮立たせます。ハンバーグを戻し、絡めて完成。

※ソースは加熱用ですので、しっかりと火を通して下さい。

