弘 ハンバーグステーキの美味しい焼き方 冷蔵

1. ハンバーグの形を整える。その際に真ん中を少しへこませる。
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。
3. 香ばしい焼き色が付いたらひっくり返し、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。
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。

ここがポイント ハンバーグに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。
赤い肉汁が出てきた場合は水分を足し蓋をし、もう少し蒸し焼きにします。

5. 焼き上がったらフライパンからハンバーグを取り出し、
   ソースを入れ煮立たせた後、ハンバーグを戻し軽く絡めて完成。
   ※火加減はお好みで調整して下さい。

京のお肉処 弘

京のお肉処 弘 のHPでもお召し上がり方や
レシピをご覧頂けます。
詳しくはこちらのQRコードから!

発行：2025/3/27