

# スロツピージョー アメリカの家庭料理

## 材料(2人分)

合いびき肉	300g
ニンニク	1 かけ
玉ねぎ(小)	1/2 個
セロリ(小枝)	3本
ケチャップ	大さじ 6
ウスターソース	小さじ 2
しょうゆ	小さじ 2
サラダオイル	小さじ 2
塩・こしょう	各少し



- ① ニンニク・玉ねぎ・セロリはみじん切りにします。
- ② ビニール袋に合いびき肉とケチャップ・ウスターソース・しょうゆを入れて、袋の上からもんで肉と調味料をなじませます。
- ③ フライパンにサラダオイルとニンニク・玉ねぎ・セロリを入れて中火にかけ、ニンニクの香りが出て玉ねぎ・セロリに軽く火が入ったら②の肉を加えます。
- ④ 火加減は中火のままゆっくりと加熱して肉に火が通ったら塩・こしょうして味をみます。ぽろぽろとしてまとまりがありませんが出来上がりです。

※玉ねぎ・セロリのほかにも人参やトマトなど半端になった野菜を少量混ぜ込んでも。

※パンに挟んで食べるのが一般的ですが、パスタに和えたりグラタンにしたりとバリエーションはアイデア次第。