

みんなの大好きメニュー！

肉だんごのケチャップからめ



材 料(約3人分)

肉だんご	300g
サラダ油	適量
たまねぎ	大1/2個
ピーマン	1個
ケチャップ	大さじ3
砂糖	大さじ1
しょうゆ	小さじ2

作 り 方

- 1 たまねぎ、ピーマンは太めの千切りにする。
- 2 鍋に油をひき、たまねぎを炒める。
- 3 ケチャップ、砂糖、しょうゆを加えてひと混ぜする。
- 4 肉だんごとひたひたの水を加えて15分程煮る。
- 5 ピーマンを加えてさらに煮る。
- 6 ピーマンに火が通ったら味を調べて仕上げる。