

## シェパードパイ



調理時間

約45分

カロリー

495kcal(1人分)

材料

(4人分)

|            |       |
|------------|-------|
| じゃがいも      | 6個    |
| 牛乳         | 100ml |
| バター        | 30g   |
| 塩・コショウ     | 少々    |
| オリーブ油      | 大さじ1  |
| 合びき肉       | 300g  |
| 玉ネギ(みじん切り) | 1個分   |
| 薄力粉        | 大さじ2  |
| (A)        |       |
| 白ワイン       | 大さじ2  |
| ケチャップ      | 大さじ2  |
| 鶏がらスープ     | 小さじ1  |

### 作り方

- 1 じゃがいもは茹でて皮をむき、マッシャーでつぶして牛乳とバターを混ぜる。
- 2 (1)を鍋に移して火にかけ、ぽてっとするまで水分を飛ばし、軽く塩・コショウをする。
- 3 フライパンにオリーブ油を熱し、合びき肉を炒め、玉ネギを加えてさらに炒め、薄力粉を加えて粉っぽさがなくなったらAを加えて煮込み、塩・コショウで味を調える。
- 4 ダッチオーブンにバター(分量外)を塗り、(3)を入れ、その上に(2)をのせ、フォークなどで模様をつけ蓋をしてグリルに入れる。
- 5 ダッチオーブン機能を選択し、タイマーで10分設定し点火する。消火後、そのままグリルの中で10分余熱する。

イギリスのクリスマス料理。