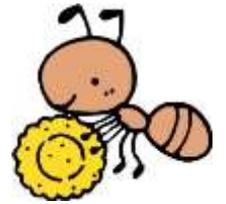




# ボロネーゼ



## <材 料>

作り方4人前

スパゲティ 300g 玉ねぎ 1個 牛豚合いびき肉 300g ナス 2本 オリーブ  
オイル 適量 にんにくチューブ お好みで適量

☆ホールトマト 1/2缶 砂糖 大さじ2 デミグラスソース 大さじ4 コンソメ  
小さじ3 トマトケチャップ 大さじ6 塩・胡椒 適量 粉チーズ お好みの量

## <作り方>

- ① 玉ねぎはみじん、ナスはヘタを取ってイチョウ切りに切る。
- ② 鍋にオリーブオイルを適量入れてにんにくを入れて炒め、玉ねぎをよく炒める。
- ③ ②がしんなりしてきたら、合いびき肉・ナスを入れて炒める。
- ④ 色が変わって火が通ったら、☆の調味料を加え、弱火でよく煮込む。
- ⑤ ④がトロリとしたらケチャップを加え5分程煮て塩・胡椒で味を整える。
- ⑥ お皿に茹でたてのスパゲティを盛り付け⑤のソースをかけ、お好みで粉チーズをかける。



## <ワンポイント>

ミートスパゲティよりトマト缶の量が少ないため少し大人な味です。  
合びき肉がない場合は、豚ひき肉でもおいしく作ることができます！