

# 10分で完成！ 簡単ミートソース

## <材料：作りやすい量>

- ・ 合びき肉 …………… 200 g
- ・ しめじ …………… 1 パック
- ・ **カゴメ 基本のトマトソース** 1 パック
- ・ **カゴメ トマトケチャップ** …… 大さじ 3
- ・ しょうゆ …………… 小さじ 1
- ・ 塩・こしょう …………… 各少々



紙パック入りと缶入り、  
 どちらも中身は同じ（295g）です

## <作り方>

1. しめじは、石づきをとり、粗みじんにする。ひき肉に、塩・こしょうする。
2. フライパンにサラダ油少々（分量外）を熱し、ひき肉を炒め、色が変わったら、しめじを加えて、さらに炒める。
3. 基本のトマトソース、トマトケチャップ、しょうゆを加え、3分ほど煮て完成！



## 調理時間

10分

## エネルギー

186 kcal

## 塩分

1.5 g



## カゴメ 基本のトマトソース

完熟トマト6個分に、玉ねぎ、オリーブオイル、にんにくなどを加え、軽く味付けして煮込んだ、下ごしら済みのトマトソース。具材を加えて、お好みの味で仕上げるだけで、パスタ、煮込みなど、レパートリーが広がります。

ご存じですか？