

# かぼちゃのミートローフ



## おすすめワイン

マスカットベリー-A キュヴェ イケガワ アンウッドド  
Muscat Bailey Cuvee Ikegawa Un wooded

● 日本山梨 750ml

ミディアムボディの赤ワインに、ふっくら優しい味わいのカボチャのミートローフを合わせます。  
ベリーのバルサミコソースにバターを加えて、さらに赤ワインの特徴に合わせてみました。



AEONLIQUOR

マリアージュ  
Recipe

## 材料(4人分)

坊っちゃんかぼちゃ	1個
薄力粉	少々
【ミートローフのたね】	
合挽き肉	100g
玉ねぎ(みじん切り)	50g
にんじん(みじん切り)	30g
セロリ(みじん切り)	30g
卵	1/2個
パン粉	20g
塩・こしょう★	少々
顆粒ブイヨン★	少々
冷凍かぼちゃ	2切れ
【ベリーソース】	
バルサミコ★	大さじ5
ミックスベリー(ドライ)★	30g
バター	10g

★は、イオンリカーでお取り扱いしている商品です。  
一部店舗ではお取り扱いがない場合がございます。

## 作り方

- ①かぼちゃは、まるごとラップにくるみ、電子レンジで、4～5分加熱し、少し柔らかくなった後、上から1/3のところを切る。わたと種をスプーンで取り出し、内側に薄力粉を少々まぶす。
- ②オーブンを200度に温めておく。冷凍かぼちゃを常温にどし、少し柔らかくなった後、1cm角にカットする。
- ③②以外の【ミートローフのたね】を、すべてボウルに入れて、粘りがでるまで混ぜ合わせ、②のかぼちゃを加え、ざっくりと混ぜる。
- ④③を①のなかにおさえ込みながら詰め、表面にオリーブオイルを塗り、200度で約30分、中に火がとおるまで焼く。
- ⑤小鍋で、バルサミコと、細かくカットしたミックスベリーを、とろみがでるまで煮詰め、バターを加えて溶かし、塩少々で調味する。
- ⑥④をカットし、⑤のソースをかける。