

ロールキャベツ

材料（4人分）

キャベツ8枚、豚ひき肉150g、
ベーコン1枚、玉ネギ（中）1個、
イタリアンパセリ2本、パン粉30g、
牛乳50cc、パルメザンチーズ
大さじ2、塩・コショウ適量、サラ
ダ油適量

<煮込み用>

ベーコン3枚、玉ネギ1/2個、ニン
ジン1/2本、セロリ1/2本、ブイヨ
ン5カップ、バター10g、塩・コショウ適量



作り方

- 1 キャベツ1個の芯をくりぬき、丸ごと煮て1枚ずつ剥がし、冷水に取る。芯の厚い部分を包丁でそぎ、巻きやすくする。水気を切っておく（8枚用意）
- 2 玉ネギ1個、ベーコン1枚、イタリアンパセリはみじん切り。ベーコン3枚は3等分に、玉ネギ1/2個は薄切りに、ニンジンとセロリは薄切りにする。パン粉は、牛乳に浸しておく。
- 3 フライパンにサラダ油を敷き、火にかけて、玉ネギのみじん切りを入れ、透き通るまで炒める。平皿に広げて冷ましておく。
- 4 ボウルに、豚ひき肉、ベーコンのみじん切りを入れ、塩・コショウして、粘りが出るまで練る。ここに、3の玉ネギ、軽く絞ったパン粉、イタリアンパセリ、パルメザンチーズを入れて混ぜる。これを8等分して俵型にまとめておく。
- 5 1のキャベツで4のタネを包む。鍋の底に、ベーコン、玉ネギ、ニンジン、セロリを敷き、キャベツを並べる。ブイヨンを注ぎ、火にかける。沸騰したら、弱火にして塩・コショウで味をととのえ、15分くらい煮込む。
- 6 スープ皿の底に、ベーコン、玉ネギ、ニンジン、セロリを敷き、上にロールキャベツをのせる。スープを注ぐ。

料理のポイント

キャベツを煮込むときは、巻き終わりを下にして並べ、弱火でコトコト煮込むとほどこません。