

すくすく人気レシピ紹介

H29年10月

今月は**牛肉のしぐれ煮**をご紹介します。ごはんによく合うお料理です。

簡単に作れるのでご家庭でもぜひ試してみてくださいね。

牛肉のしぐれ煮（2人分）

牛肉 . . . 200g

酒 . . . 120cc

ごぼう . . . 1本

みりん . . . 40cc

生姜 . . . 1かけ

醤油 . . . 30cc

砂糖 . . . 小さじ2

- ① 牛肉は1口サイズに切る。ごぼうはさがき、生姜は千切りにする。
- ② 鍋に調味料を入れ火にかけ、沸々したら生姜を加える。
- ③ 軽く下ゆでした牛肉とごぼうを加えて、中火で落とし蓋をして煮込む。
- ④ 途中混ぜながら汁気が無くなるまで煮詰めて完成。