すくすく人気レシピ紹介

２０２０年7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	・・・120 cc
ごぼう	・・・１本	みりん	・・・40 cc
玉ねぎ	・・・１/２個	醤油	・・・３０ｃｃ
しめじ	・・・１/２パック	砂糖	・・・小さじ２

① 牛肉は１口サイズに切る。ごぼうはささがき、玉ねぎはスライス、しめじは半分に切る。

② 鍋に調味料を入れ火にかける。

③ 軽く下ゆでした牛肉とごぼうを加えて、さらに玉ねぎ、しめじを入れ中火で落し蓋をして煮込む。

④ 途中混ぜながら汁気が無くなるまで煮詰めて完成。