

食材2つだけ!

牛こま肉

×

マッシュルーム



調理時間

10分

食べ応えあるメニューが10分で完成

牛肉とマッシュルームのがっつりチャーハン

材 料 (2人分)

牛こま切れ肉 150g

マッシュルーム 4個

ご飯 茶わん2杯分

にんにく 1片

小ねぎ(あれば) 2本

しょうゆ 小さじ2

塩、こしょう 少々

オリーブオイル 大さじ1/2

バター 10g

1 材料を切る

マッシュルームは石づきを切り、スライスする。小ねぎは小口切りに、にんにくはみじん切りにする。

2 炒める

フライパンにオリーブオイルとにんにくを入れて弱火にかけ、にんにくの香りがしてきたら中火にする。牛肉を入れて肉の色が変わるもので炒める。マッシュルームとご飯を加えて炒めたら、塩とこしょう、しょうゆ、バターを加えて全体を炒め合わせる。

3 仕上げ

皿に盛り、小ねぎをちらす。



このお店のチラシが見られる!

Tokバイ

検索