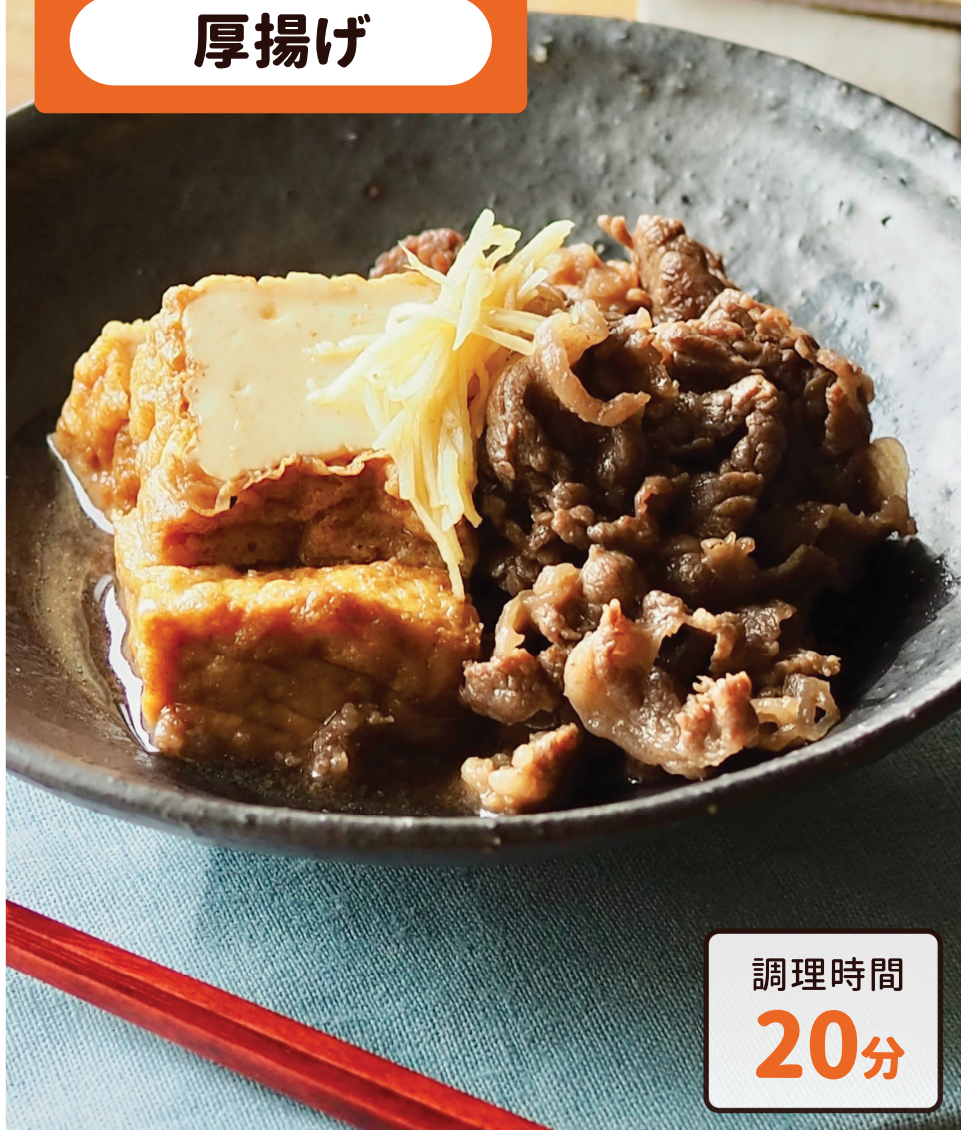


食材2つだけ!

牛こま肉

×

厚揚げ



調理時間

20分

厚揚げをプラスしてボリュームアップ 厚揚げと牛肉のすき煮

材料 (2人分)

牛こま切れ肉 …………… 150g

厚揚げ …………… 小1枚(200g)

しょうが …………… 1/2片

○しょうゆ …………… 大さじ1と1/2

○酒 …………… 大さじ1

○みりん …………… 大さじ1

○砂糖 …………… 大さじ1/2

○和風だしの素(顆粒)

…………… 小さじ1/3

1 材料を切る

しょうがは千切りにする。厚揚げは食べやすい大きさに切る。

2 煮る

鍋に水150ml(分量外)と○を入れて中火にかけ、煮立ったら牛肉と厚揚げを入れて弱火で10分煮る。

3 仕上げ

2を器に盛り、しょうがをのせる。



このお店のチラシが見られる!

トクバイ

検索