

料理名

春色ハヤシライス



2人分

調理時間 約20分

作り方

1. 牛薄切り肉を食べやすい長さにカットする。
2. 玉ねぎ、マッシュルームはスライスにする。
3. フライパンにサラダ油とバターを入れ、玉ねぎをしんなりするまで炒め、マッシュルームを加えてさらに炒める。
4. 牛肉を加えて炒め、塩・こしょうを加える。
5. フライパンに「デミグラスソース」と湯を加えてよく混ぜ、煮立ったら弱火で5～6分間煮込む。

※ 付け合わせの野菜はあらかじめ塩茹でしておく。

※ 春キャベツなど季節の野菜を添えると季節感を出せて、より一層おいしく召し上がれます。

材料

牛薄切り肉	100 g
玉ねぎ	1/4個
マッシュルーム	5個
塩	2 g (小さじ1/3)
こしょう	少々
バター	5 g
サラダ油	5 g
デミグラスソース	150 g
湯	60ml
春キャベツ (2～3枚)	100 g
人参	適宜
アスパラガスやインゲンなど	適宜
パセリ (みじん切り)	適宜
ご飯	適宜