

料理名

ビーフストロガノフ



2人分

調理時間 約20分

作り方

1. 玉ねぎ、マッシュルームは細切り、牛肉は食べやすいサイズに切り分ける。
2. フライパンにサラダ油を入れて、牛肉、玉ねぎ、マッシュルームを中火で炒める。
3. 赤ワインを注ぎ、加熱してアルコール分を飛ばす。デミグラスソースと水を加えて、沸騰したら弱火で2～3分程度煮込む。
3. 塩こしょうで味を調える。
4. ご飯にバターと塩を加えて混ぜ合わせる。
5. 器にバターライスを盛り、ビーフストロガノフを注いで、上からパプリカパウダーや生クリームをふりかける。

材料

牛肉（スライス）	100g
玉ねぎ	1/2個
マッシュルーム	5粒
塩	1 g
こしょう	少々
サラダ油	適宜
赤ワイン	30ml（大さじ2）
デミグラスソース	150 g
水	50ml
ご飯	180g
バター	5g
塩	1 g（小さじ1/6）
パプリカパウダー	少々
生クリーム	小さじ1
クレソン	適宜