

肉じゃが



塩分を気にする人のおいしいしょうゆ

独自製法により従来の物足りなさを改善した減塩しょうゆ調味料です。昆布風味を加え深みのある味わいを実現しました。

通常の濃口醤油(食塩分17.5%)と同等の塩味と深い味わいなのに食塩分は50%カットになります。

材料 2人分

材料名	使用量	材料名	使用量
牛肉(こま切れ)	100g		
じゃがいも	2個		
玉ねぎ	1/2個		
人参	1/2本		
サラダ油	大さじ1		
＜調味液＞			
塩分を気にする人のおいしいしょうゆ	大さじ2		
みりん	大さじ2		
酒	大さじ1		
砂糖	大さじ1		
水	150ml		

作り方

- ①牛肉・じゃがいもは一口大、玉ねぎは2cm幅に切る。人参は乱切りにする。
- ②鍋にサラダ油を熱し、中火で牛肉を軽く火が通るまで炒める。
- ③野菜を加えて炒め、油と馴染んだら＜調味液＞を加えて煮立たせる。
- ④落し蓋をして弱火で15分程度煮込んで出来上がり。