

肉じゃが



材料 4人分

材料名	使用量	材料名	使用量
じゃがいも	200g		
牛バラ肉	100g		
にんじん	50g		
玉ねぎ	100g		
サラダ油	5g		
<調味液>			
割烹わりした	70g		
水	280ml		
さやいんげん	3本		

割烹わりした

こだわりの3種類のしょうゆをブレンドした醤油屋さんの『割烹わりした』です。利尻昆布と枕崎製造鰹節エキスを配合し、希釈しても後のびのあるだし感が特徴です。
すき焼きはもちろんのこと、肉・魚・野菜料理全般に使いやすい汎用性のある調味液です。

作り方

- ①鍋にサラダ油を熱し牛肉を炒める。だいたい火が通ったらその他の具材を加える。
- ②一通り混ぜたら合わせ<調味液>を加える。沸騰したらあくを取り、落とし蓋をし弱火にする。
- ③時折鍋の中を混ぜて均一に火が通るようにする。
- ④20分程経過したら落とし蓋をはずし、お好みの濃さで火を止める。
- ⑤器に盛り付け、茹でたさやいんげんをのせて出来上がり。