



※写真はイメージです。

## しょうゆとみりん1:1で簡単にできる! 春の肉じゃが

### 材 料 (4人分)

新ばれいしょ	450g
洋にんじん	100g
新玉ねぎ	250g
牛肩ロースうす切り	約200g
サラダ油	適量
スナップえんどう	適量
キッコーマン 特選丸大豆しょうゆ (しょうゆ)	大さじ5
マンジョウ 芳醇本みりん (本みりん)	大さじ5
水	2・1/2カップ
マンジョウ 芳醇本みりん (本みりん)	大さじ2

### 作り方

1. 牛肩ロースうす切りは食べやすい大きさに切る。新ばれいしょはスプーンのふち部分を使って皮をこすり取る。洋にんじんは乱切り、新玉ねぎはくし形に切る。
2. スナップえんどうは筋を取り、茹でて斜めに切る。
3. 鍋にサラダ油を熱し、1の牛肩ロースうす切りを軽く炒め、新ばれいしょ、洋にんじん、新玉ねぎを加えて炒める。
4. 3に油がまわったら、本みりん大さじ5と水を加え、煮立ったらアクを取り除き、しょうゆを加え、落とし蓋をして中火で約15分程煮る。
5. 4の落とし蓋を取り、てり出しのための本みりん大さじ2を加えて、さらに5分煮る。
6. 5を器に盛りつけ、2のスナップえんどうを散らす。