



※写真はイメージです。

※写真はイメージです。

素材の色目が美しく、お箸の進む一品です。

牛肉とじゃがいものきんぴら

材 料 (4人分)

牛肩ロースうす切り	約150g
じゃがいも	2個
洋にんじん	5cm
ピーマン	2個
サラダ油	適量
鷹の爪	1本

A	キッコーマン 特選丸大豆しょうゆ (しょうゆ)	大さじ3
	マンジョウ芳醇本みりん (本みりん)	大さじ3
	ごま油	少々

作り方

1. 牛肩ロースうす切り・洋にんじん・ピーマンを細切りにする。じゃがいもは皮をむいて細切りにし、水にさらす。鷹の爪は種を抜く。
2. 鍋にサラダ油を熱し、1の牛肩ロースうす切りを炒め、水気をきいたじゃがいも、洋にんじん、鷹の爪を入れて炒める。
3. 2のじゃがいもが透き通ってきたら1のピーマンも加えて炒め合わせ、Aで味を調える。
4. 仕上げにごま油を加えてさっと混ぜ合わせ、器に盛る。