



写真はイメージです

さっぱり香味だれで食がすすむ！

焼肉和風香味だれ

材 料 (4人分)

| | | |
|----------|----------|--------|
| 牛焼肉用 | 350g | |
| サラダ油 | 大さじ1 | |
| 大葉 | 10枚 | |
| みょうが | 2個 | |
| A | ぼん酢しょうゆ | 1/2カップ |
| | 砂糖・すり白ごま | 各大さじ1 |
| | ごま油 | 大さじ1/2 |
| レタス・貝割れ菜 | 各適量 | |

作り方

1. 大葉は縦半分に切って横からせん切りにし、みょうがは縦四つ割りにして小口から薄切りにし、一緒に冷水に放して水気をきり、さらにペーパータオルに包んで水気をしぼる。
2. フライパンにサラダ油を熱し、牛肉を1枚ずつ広げて両面焼く。
3. 器にちぎったレタスと根元を除いた貝割れ菜を敷き、2を盛って1の半量を散らす。
4. Aを混ぜ合わせて1の残り半量を混ぜ、3に添える。3を各自取り分け、たれをかけていただく。