



※写真はイメージです。

覚えておくと便利なお手軽丼メニューです！

牛たま丼

材 料 (2人分)

牛肉薄切り	約75g
ご飯	丼2杯分
卵	4個
新ごぼう	1/2本
きぬさや	適量
土しょうが (みじん切り)	小さじ1/2
サラダ油	適量

A	ミツカン 追いがつお®つゆ2倍 (つゆ希釈用)	1/2カップ
	水	1カップ

作り方

1. 牛肉薄切りはひと口大に切る。新ごぼうはささがきにし、水にさらしてアクを抜く。きぬさやはゆでしておく。
2. フライパンにサラダ油を加え、1の牛肉薄切り、土しょうがを炒め、1の新ごぼうを加えて炒める。
3. 2にAを加え、煮立ってきたら溶き卵を流し入れ、蓋をして卵がお好みの固さになったら火を止める。
4. 器にご飯を盛り、1のきぬさやを混ぜた3をかける。