

献立紹介

すきやきごはん



〈材料 4人分〉

牛肉 130g
玉ねぎ 100g

【調味料☆】

酒 小さじ1
さとう 大さじ2と1/2
しょうゆ 大さじ2と1/2
塩 小さじ1/2
こしょう 少々

〈作り方〉

- ① 米を洗米し、ざるにあげておく。
- ② 牛肉と玉ねぎを炒め、☆の調味料で煮て、具と煮汁を別にしておく。
- ③ 炊飯器に①の米、②の煮汁を炊飯器に入れ、水を炊飯器の目盛りに合わせ、炊きあげる。
- ④ ②の具を炊きあがったご飯に混ぜ合わせて出来上がり。
- ⑤ 炊きあがったご飯と④と白いりごまを混ぜ合わせて、仕上げる。