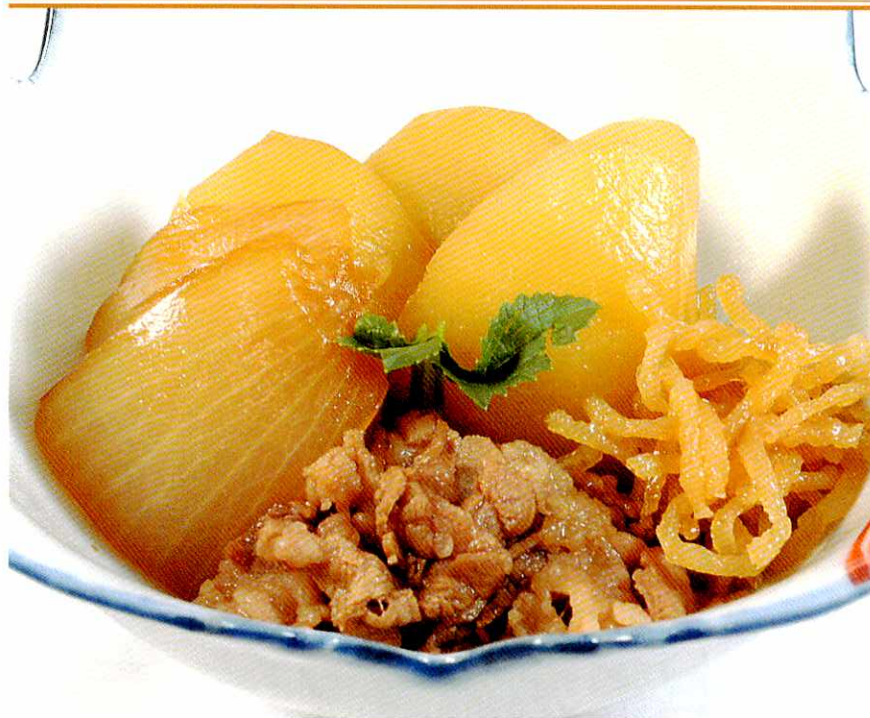


お手軽！肉じゃが



材料(2~3人分)

牛こま切れ肉……180g
ジャガイモ……(大)2個
玉ねぎ……(小)1個
シラタキ……1袋
高砂の峰……1カップ
水……ひたひた程度
砂糖……大さじ2
醤油……大さじ3
塩……適宜
サラダ油……適宜

作り方

- ① ジャガイモは皮をむいて一口大に、玉ねぎは皮をむいてくし形に切る。シラタキは湯通しして食べやすい大きさに切る。
- ② 鍋に油をひいて肉を炒め、ジャガイモを加えてさらに炒める。
- ③ ジャガイモの角が透明になったら玉ねぎ、シラタキを加えて炒め、高砂の峰と水を入れる。
- ④ ③が煮立ったらアクを取り、中火にして砂糖を入れ、5分程度煮たら醤油、塩を加える。
- ⑤ ④に落とし蓋をして弱火にし、ジャガイモが軟らかくなるまで煮る。

