

きのこのこのすき煮



調理時間およそ 30分

材料(4人分)

牛肉…300g
ほうれん草…8株
白菜…1/4玉
島豆腐…1/2丁
糸こんにゃく…1パック
えのきたけ…1袋
ぶなしめじ…1パック
しいたけ…4個
くろあわびたけ…4株
サラダ油…大さじ1

〈だし割〉
砂糖…大さじ2
醤油…100cc
みりん…100cc
水…100cc

作り方

- ① 野菜は食べやすい大きさに切り、糸こんにゃくは少量ごとに結ぶ。しいたけは十文字に切れ目を、ぶなしめじやくろあわびたけは食べやすい量にほぐす。
- ② 鍋を熱して油を引き牛肉を焼いて、だし割を入れる。
- ③ 具材を②に入れて、火が通ったら完成。

いろいろな種類のきのこを入れて味や食感、香りの違いを楽しんでみよう。

