

根菜と牛すじのとろとろ煮

調理はカンタン

5Step

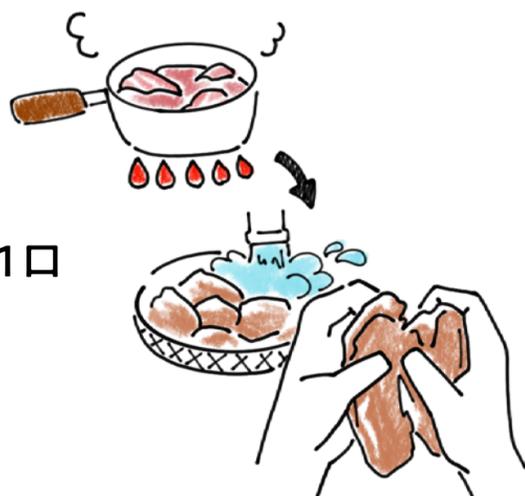
1 れんこんの水煮チラシ(2mm)はザルに上げて、サッと洗い、水切りします。



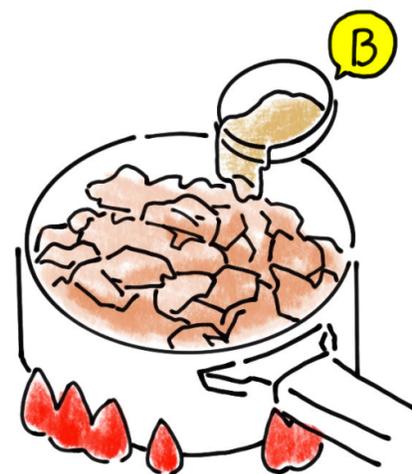
2 1と里芋、**A**の調味料を鍋に入れ、煮汁が無くなる直前にぎんなんの水煮を加えます。



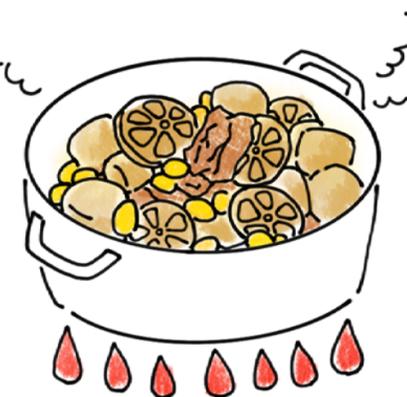
3 牛すじ肉はサッとゆでた後、きれいに洗い、1口大に切ります。



4 圧力鍋に**3**と**B**の調味料を入れ、20~30分加圧します。



5 **2**と**4**を合わせ、煮汁が多いようならさらに煮込んででき上がり!もみじ麩はお好みで。



体の芯からぽっかぽか



■ 材料(4~5人分)

れんこん水煮チラシ(2mm) 150g

ぎんなん水煮 1/2缶

里芋(皮をむいて) 500g

だし汁 400cc

しょうゆ 大さじ2

A 酒 大さじ2

みりん 大さじ2

砂糖 大さじ1

牛すじ煮 500g

しょうゆ 大さじ2

B 酒 大さじ2

砂糖 大さじ2

水 大さじ2