

「仙台牛」のおすすめ簡単レシピ

煮込み料理のアレンジで、柔らかくて旨味たっぷりの牛丼！

ギネスで煮込んだ柔らか牛丼



Let's eat
SENDAIGYU!

◇出典：キリンビールホームページ「キリンレシピノート」

◇レシピ提供：齋藤 優



材料

材料（2人分）

- | | | |
|-----------------|-----------------|-----------------|
| ◆牛肉（薄切り）：200g | ◆ギネスビール：200cc | ◆玉ねぎ：1/2個（60g） |
| ◆しらたき：1/3袋（60g） | ◆セロリ：1/5本（30g） | ◆にんじん：1/5本（20g） |
| ◆にんにく：1片 | ◆トマト缶（ホール）：100g | ◆ケチャップ：大きじ1 |
| ◆コンソメキューブ：2個 | ◆オリーブオイル：小さじ1 | ◆ご飯：400g |
| ◆バター：20g | ◆ブラックペッパー：適量 | |

作り方

- 【1】玉ねぎは薄切り、しらたきは食べやすい大きさに、セロリ、にんじんは皮をむいて斜めに切る。にんにくはスライスする。
- 【2】フライパンにオリーブオイルを熱し、にんにくを炒める。香りがでてきたら玉ねぎ、しらたき、セロリ、にんじんを加えてさらに炒める。
- 【3】牛肉を加えて炒め、色が変わったらギネスビール、トマト缶、コンソメを加えて中火で5分煮込み、ブラックペッパーで味を整える。
- 【4】別のフライパンにバターを熱し、ご飯を加えて炒める。できたバターライスを用意し、【3】をかける。