

宇治産大根を使った牛肉と大根の味噌炒め



材料(4人分)

牛肩ロースブロック	400g
大根	500g
人参	1本
大根の葉	お好みの量で
にんにく	1片

<調味料>

ごま油	大さじ2
砂糖	小さじ4
みりん	大さじ2
醤油	大さじ2
味噌	大さじ2

作り方

牛肉、人参、大根は大きめの一口サイズに切る。

鍋にごま油を熱し、牛肉を炒める。肉の色が変わったら大根、人参も入れて炒める。

水2カップとみじん切りしたにんにく、大根の葉を入れ、アクを取りながら中火で10分ほど煮る。

砂糖、みりんを加え、蓋をして5分ほど煮る。

醤油、味噌を加えさらに弱火で10分煮る。