

ハヤシライス

今月のおすすめ



～材 料～

(ハヤシライスのルー約半分)

豚小間	200g
しめじ	100g
玉葱	300g
人参	70g
カットトマト缶	1缶
水	500cc
コンソメ顆粒	小さじ1/5
ケチャップ	大さじ2
油	適量



～作り方～

- ① しめじは半分の長さに切りほぐして、人参は、いちょう切り、玉葱は薄くスライスしておく。
- ② 豚肉を炒め、火が通ったら一度取り出す。
- ③ 同じ鍋で人参、しめじ、玉葱を炒める。
- ④ ③に②を戻し、カットトマト缶、水、コンソメ顆粒も加えて中火で煮込む。
- ⑤ 一旦火を止めてルーを加えよく混ぜる。
- ⑥ 最後にトマトケチャップを加えて、混ぜながら少し煮込んで出来上がり。

