

材料 つくりやすい分量

- 牛もも肉(塊) 400g
- 酒 大さじ3
- しょうゆ 大さじ2
- 水 大さじ2
- 昆布(5cm角) 1枚
- ねぎ(みじん切り) 大さじ1
- 青しそ(せん切り) 10枚分
- さとう 大さじ1
- 塩 小さじ1
- こしょう 少々
- サラダ油 少々
- レモン

(ソース)

- 大根おろし 1カップ
- 卵黄 2コ

作り方

1. 牛肉に塩・こしょうをまぶし、20分くらい置く
2. フライパンを熱してサラダ油をひき牛肉を入れ、強火で全面を焼く。  
こんがり焼き色がついたら取り出し熱湯をかけて、余分な脂を流す  
同じフライパンに、酒・しょうゆ・水・昆布・ねぎ・青しそを入れて煮立たせ牛肉を戻し入れる。軽く煮からませて弱火で10分間蒸し焼きにし、取りだす  
残った煮汁は、さとうを入れて混ぜる
3. 大根おろし、卵黄を混ぜて、ソースをつくる
4. 牛肉を食べやすい厚さに切りソースをかけて、レモンを横に添えたら出来上がり

# 和風

# ローストビーフ

パーティーや

おせちの一品に