

牛と鶏の大根煮

— 4人分 —



焼き鳥(缶詰/タレ)	1缶	砂糖	2つかみ
焼き肉(缶詰/タレ)	1缶	みりん	少々
大根	1/2本	濃い口しょうゆ	20mℓ
高野豆腐	1/2枚	青ねぎ(刻み)	少々
水	400mℓ	七味とうがらし	少々
酒	100mℓ		



詳しいレシピはHPをチェック！

作り方

- 1 大根を2～3cm幅に切り、皮をむいて面をとる
- 2 米のとぎ汁で大根をゆがく。沸騰したらあくを取り、4～5分ゆがく。
下ゆでに米のとぎ汁を使うと、えぐみ・臭みが取れ白く透き過る！
- 3 大根が、竹串が通るくらいやわらかくなったら、流水でよく洗う。
- 4 鍋に大根を並べ、缶詰の焼き肉・焼き鳥を入れる。
肉が大きいときは、食べやすい大きさに切る。
- 5 水・酒を入れ、沸騰したら砂糖・みりん・濃い口しょうゆを加える。さらに沸騰したら弱火にする。
- 6 高野豆腐を半分ほど削り、鍋に入れる。
水溶きかたくり粉のようにとろみがつく。
- 7 お皿に具材を盛り、青ネギを盛りつけたら完成！

