

# しぐれ煮



## 材料

牛肉・・・・・・・・・・	180g	酒、みりん・・・・・・・・	各大さじ2杯
ごぼう・・・・・・・・・・	1本	砂糖・・・・・・・・・・	小さじ2杯
にんじん・・・・・・・・・・	1本	しょうゆ・・・・・・・・・・	大さじ2杯
いりごま・・・・・・・・・・	大さじ2杯		

---

## 手順

1. ごぼうはさがきがきにして、にんじんは千切りにする
2. フライパンで、牛肉と野菜を炒める
3. 酒、みりんを加え、野菜の水分が出てきたら、砂糖を加える
4. 水分が煮詰まってきたら、しょうゆを加えてごまを加える

## Point

- ごはん混ぜる→牛ごぼう混ぜごはん
- 酢飯に混ぜる→牛ごぼう寿司