



Recipe

31日発酵レシピ

牛丼

Ingredients 材料 / 2人分

牛肉切り落とし（こま切れ）	200g
玉ねぎ	1個（150~200g）
生姜	10g
ごはん	2人分
紅しょうが	適宜
(A)	
水	200cc
甘酒	大さじ3
醤油	大さじ3
酒	大さじ2
みりん	大さじ1

Directions 作り方

- ・ 玉ねぎは大きめのくし切りにする。
- ・ 生姜は千切りにしておく。

※お肉がかためのもの場合は分量の甘酒に漬けて30分ほど置いておく。

- ① 鍋にAの調味料を全て入れ、牛肉と生姜、玉ねぎを入れて中火にかける。
- ② 煮汁が沸いて煮立ってきて、アクが出ていれば取る。
- ③ 強めの弱火にして、15~20分ほど煮込む。
- ④ ご飯を盛り、③をのせて、お好みで紅しょうがや卵黄をのせる。

Kitchen Studio

tabemonosashi