

コチュジャン



材料 (4人分)

- 牛肉 - - - - - 160g → せん切りにする
 - 大根 - - - - - 200g → 1cm角のコロコロにする。...
 - 人参 - - - - - 60g → せん切りにする
 - にら - - - - - 25g → 2cmにカット。...
 - せみまい水煮 - - - - - 160g → 3~4cmにカット。下茹でしておく。
 - たけのこ水煮 (せん切り) - - - 120g → 下茹でしておく。
 - 干しいたけスライス - - - 4g → もどしておく。(干しいたけの場合は土をスライス)
 - ごま油 - - - - 大さじ1
 - 料理酒 - - - - 大さじ1
 - おろしにんにく - - 大さじ1
 - しょうゆ - - - - 大さじ4
 - 砂糖 - - - - - 大さじ1/2
 - 牛肉たけのこ水煮の素 - 大さじ1
- (コチュジャン - お好みで)



作り方

- ① 鍋にごま油を入れ、牛肉、おろしにんにく、料理酒を加え火をつける。
 - ② ①に火が通ったら、大根、せみまい水煮、たけのこ水煮、干しいたけを加える。そこに、分量外の水 (具ががぶるくらい)、牛肉たけのこ水煮の素を加え、大根に火が通るまで煮る。
 - ③ 大根が煮えたら、人参、しょうゆ、砂糖を加えて味をととのえる。
 - ④ 全体の具が煮えたら、にらを加えて出来上がり。
- * お好みで辛味がほしい時は、コチュジャンを加えてもおいしいです!!