



ぶもん
部門

- ① どんぶり・ご飯部門
- ② 麺・スパゲティ部門
- ③ カレー・シチュー部門
- ④ スープ・味噌汁部門

(*該当部門に○を入れてください)

(^{ねん}山年 (^{くみ}ア)組 名前(^{なまえ}最木 母光 加))
 いっしょに^{かんが}考えた人の名前(^{ひと}中西 ^{なまえ}充(祖母))

レシピのタイトル

デミバカミソ

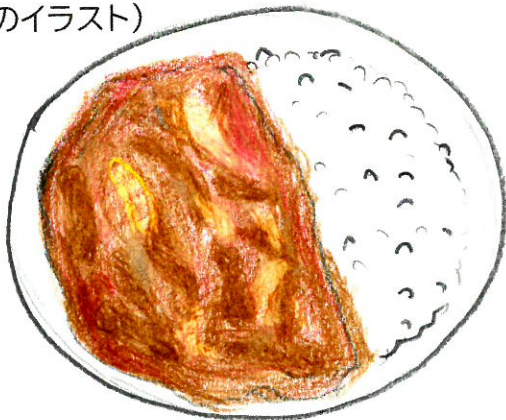
^{ざいりょう} (材料4人分)

- ・牛肉すきり肉 500g
- ・玉ねぎ 中2個 400g
- ・しめじ 1パック分
- ・サラダ油 大さじ1
- ・水 500ml
- ・しょう油 てき量
- ・ハヤシライスルー 2人分
- ・デミグラスソースルー 2人分
- ・ごはん 180g x 4

^{つく} (作り方)

1. 玉ねぎは半分は切っておき残り
にある しめじは、お湯にわけの
2. フライパンにサラダ油を熱し玉ねぎ
をいため 牛肉、しめじをいためる。
3. 水を加えお湯の後 5分間
にこむ。
4. 火を止めハヤシライスルーとデミグラ
スソースルーを割って入れる。
5. 時々かきまぜながら 5分間
にこむ。
6. 味をみてしょう油をてき量足す。
7. ごはんとお皿にきる

^{かんせい} (完成のイラスト)



^{くふう} (工夫したところや、このレシピにした理由)

ハヤシライスルーだけではものたりなからたので、デミグラスルーと半分ずつ入れてコクを出しました。