



調理時間 30分

材料 1人分

牛肉	100g
小松菜	1束
大根おろし	適量
にんにく	1片
しょうが(みじん切り)	小さじ 1
麵つゆ	大さじ 1
酢	大さじ 1

作り方

1. 小松菜は茹でて4cm長さに切ります。  
にんにくは薄切り、しょうがはみじん切りにします。
2. あらかじめのお皿に小松菜と大根おろしを盛りつけておきます。
3. フライパンに小さじ1のサラダ油を入れて牛肉を炒めます。
4. お肉の色が変わったら軽く塩、こしょうをふり、準備しておいたお皿に盛ります。  
しょうが、酢、麵つゆを合わせてお肉にかけていただきます。



アドバイス

◎あえて「牛肉」と書きました。  
写真は小間切れですがお好みで焼き肉用でもステーキ用のお肉でもアレンジできます。