

冬越五寸にんじん冬王を使った ニンジンと牛肉の煮込み

<< 煮込んだ冬越しニンジンの美味しさをたっぷり味わう！ >>



----- 材料（2人分） -----

冬越五寸にんじん冬王	250 g
牛肉煮込み用	250 g
タマネギ	1/4 個
白ワイン	50ml
ブイヨン	300ml
サラダオイル	大さじ 1/2
バター	15 g
ローリエ	1 枚
タイム	2～3 枝
塩	適量
ブラックペッパー	適量
ブラックペッパーの砕いたもの	適量

----- 作り方 -----

- ① 牛肉は、塩・ブラックペッパーをしっかりとふり、5分ほど置く。
- ② ニンジン、タマネギは薄切りにする。
- ③ 煮込み用鍋にサラダオイルを熱し、①の肉の全面に焼き色を付けて取り出す。
- ④ 同じ鍋にバターを溶かし、タマネギを色づくまで炒める。ニンジンを加えて炒め、③を戻し入れ、白ワイン、ブイヨンを加える。
- ⑤ ひと煮立ちしたら、タイム、ローリエを加える。蓋をして弱火に落とし、肉が軟らかくなるまで 30 分ほど煮込む。
- ⑥ 器に盛り付け、ブラックペッパーの砕いたもの、タイムを飾る。

※POINT

ニンジンと肉は同量を使うこと。

