

# つくってみませんか？

たまねぎをじっくりいためるのがコツです

## <ハヤシライス>

### 材料(4人分)

豚こま肉	…	200g
赤ワイン	…	大さじ1
しょうが(みじん)	…	2g
にんにく(みじん)	…	2g
たまねぎ(5mmスライス)	…	300g
ぶなしめじ(ばらす)	…	50g
マッシュルーム缶(スライス)	…	25g
カットトマト缶	…	80g
○ハヤシルウ	…	80g
○デミグラスソース	…	50g
○ケチャップ	…	10g
ローリエの葉	…	2枚
油	…	小さじ1
水	…	250g



### 作り方

- ① 油にしょうが、にんにくを入れて熱し、豚肉、赤ワインを入れていためる。
- ② たまねぎを入れてゆっくりよくいためる。しめじをいためる。
- ③ マッシュルーム、トマト缶、水、ローリエを入れて煮る。
- ④ ○の調味料を入れて煮こむ。

ごはんにかけて  
できあがり♪

