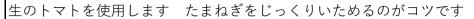
## つくってみませんか?







## <ハヤシライス(トマト使用)>

## <u>材料(4人分)</u>

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

トマト(さいのめ) · · · 50g

Оハヤシルウ · · · 80a

〇デミグラスソース ··· 80g

〇ケチャップ ··· 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 ぶなしめじ、トマト、水、ローリエを入れて煮る。
- ④ 〇の調味料を入れて煮こむ。

ごはんにかけて できあがり♪





