

## 牛めし レシピ

### 【材料】

米	2合
牛ミンチ	100g
生姜	お好みの量
バター	少々
青ネギ	少々

### <合わせ調味料>

濃口醤油	30g
砂糖	30g
酒(白ワイン)	10g



- 1) ボールに合わせ調味料をつくって、牛ミンチをつけておきます。
- 2) 生姜を千切りにします。
- 3) ご飯を炊きます。
- 4) ご飯が炊きあがったら、すぐに①②とバターを入れ、混ぜ合わせます。
- 5) ご飯を蒸らします。
- 6) お茶碗にもって、出来上がり。 お好みで青ネギをどうぞ。

### メモ

## きゅうりの佃煮 レシピ

### 【材料】

きゅうり 4本  
生姜 お好みの量

### <合わせ調味料>

醤油 1カップ  
みりん 25g  
酢 25g



- 1) 人差し指大にきゅうりを輪切りにします。
- 2) 生姜を千切りにします。
- 3) 合わせ調味料を火にかけ、沸騰したら、火を止めます。
- 4) 3)の中へ、きゅうりと生姜を入れ、そのまま冷まします。
- 5) 4)が冷めたら、濃して、合わせ調味料を再度沸騰させ、1割ほど煮詰めます。
- 6) 5)へきゅうりと生姜を戻し、冷めたら出来上がり。
- 7) 保存は冷蔵庫で。

### メモ