



おいしく・健康的に 食べよう  
**Kitchen Smile**  
OFFICIAL RECIPE SITE



Copyright (C) Kansai Super Market Ltd. All Rights Reserved.



## ちょっとしたおもてなしやお祝いに 牛ステーキ(和風おろし玉ねぎソース)



一人あたりのエネルギー 830kcal	食塩相当量 3.1g	調理時間 約20分
------------------------	---------------	--------------

この表示値は目安です

### ■材料 (2人分)

牛肉 サロインステーキ用	2枚
塩・こしょう	少々
油	大さじ1/2
玉ねぎ	1/2個
酒	大さじ2
みりん	大さじ2
A 砂糖	大さじ1
酢	大さじ2
しょうゆ	大さじ2

### ■作り方

- ①玉ねぎはすりおろしておく
- ②フライパンに油を熱し、塩・こしょうをふった牛肉を両面焼き色がつくまで焼く
- ③同じフライパンで、油を軽く拭取り①、Aを入れてひと煮立ちさせ、さらに1/2の量くらいまで煮詰める
- ④②を皿に盛り付け、③を器に入れ横に添える

cooking memo