



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(わさびマヨ)



| | | |
|-------------------------------|----------------------|---------------------|
| 一人あたりのエネルギー 774kcal | 食塩相当量 1.0g | 調理時間 約15分 |
|-------------------------------|----------------------|---------------------|

この表示値は目安です

■材料 (2人分)

牛肉 サーロインステーキ用……………2枚
塩・こしょう……………少々
油……………大さじ1/2
A わさび……………大さじ1
マヨネーズ……………大さじ1

■作り方

- ①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
- ②Aを混ぜ合わせる
- ③①を皿に盛り付け、②を器に入れ横に添える



スマイル
memo

ピリッと大人味です!
焼いた肉に薄く塗ってお召し上がりください

cooking memo