



「牛肉とセロリときのこの オイスターソース炒め」



牛小間切れ肉 150~200g に塩、胡椒少々で下味を付ける。

セロリは茎は筋をとり、食べやすい大きさに斜め切りする。(葉は好みで加える)

きのこ(しめじ、舞茸、エリンギなど)は食べやすい大きさに切る。

フライパンにサラダ油を熱しセロリの茎を強火で炒め、少し透き通ったら取り出す。

同じフライパンにサラダ油を少し加えて、牛肉、きのこの順に炒め、肉の色が変わったら、

オイスターソース大1~、醤油少々、中華だし(白だしでも)を大0.5を加え

水溶き片栗粉を加えとろみを付ける。そこへセロリを戻し、セロリの葉も加え混ぜ合わせて出来上がり。

*水溶き片栗粉を使用すると具材が絡んで食べやすいですが、好みでの使用でOKです。

*セロリ好きなら、セロリを取り出さず一気に強火で炒めても大丈夫です。

*葉はパスタやスープ、ふりかけなどにすると美味しいです。



ゆうきやのInstagram

是非、ゆうきやのお野菜を使ったお料理を、#ゆうきや
#yukiyaboss @ゆうきやなどを付けて投稿してください。
皆様の投稿、お待ちしております!

ゆうきや本郷店

文京区本郷2-28-1-1F

☎ 03-5801-0880