



【材料】(2人分)

肉じゃがの残り物(しめじ、牛肉、
玉ねぎ、いんげん※飾り用)
卵 1個
だし汁 1カップ
塩 少々

おまけ

さらにリメイク!

【肉じゃがカレーうどん材料】

肉じゃがの残り物の具材すべて
玉うどん 1玉
カレールー 2片
水 350CC

水に残り物の肉じゃがとカレールーを入れ煮立たせ、玉うどんを入れて出来上がり!



使う具を取り分けてひと工夫

肉じゃがりメイク 茶碗蒸し

【作り方】 ⌚ 調理時間約15分

- ① 器に肉じゃがのじゃがいも、にんじんを除き、残りのしめじ、牛肉、玉ねぎを入れる。
- ② だし汁を温め、塩少々を振り入れる。
- ③ ボウルに卵を割ってとき、冷ましただし汁と混ぜてこす。
- ④ ①に③を入れる
- ⑤ 沸騰させた蒸し器に④を入れ、強火で3分、その後弱火で10分蒸す。
- ⑥ 仕上げにいんげんを飾って完成。

牛肉と玉ねぎでこってり味の茶碗蒸しです。寒い日にオススメです。



エコ技!!

あらかじめ味が付いている肉じゃがをフル活用して味付けの手間を削減。火が通っているので調理時間が短縮できてガス代も節約!