

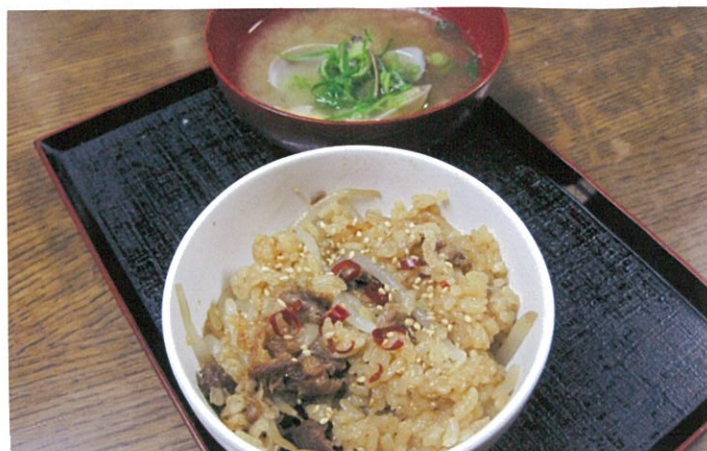
🍴🍴 韓国風炊き込みごはん

材料 (4人分)

米 2合
牛こまぎれ肉 . . . 150g
豆もやし 100g
糸唐辛子 適宜
(今回は輪切)

① (下味)

ねぎみじん切り . . . 大さじ1
にんにくみじん切り . . . 1かけ分
コチュジャン 小さじ2
しょうゆ 大さじ2
酒 大さじ2
ごま油 大さじ1



韓国のりをのせても
おいしいよか♡



🌸 ナカシマ 🌸

作り方

① 米は洗って炊飯器の内釜に入れ、2合の目盛まで水を加えて30分浸す。

② ホウルに①の材料を合わせる。

牛肉を加えたらよくもみ込んで下味をなじませる。

③ 豆もやしはひげ根をとる。

④ ①に③のつけ汁ごと全部と③を加えて炊く。

よく混ぜて器に盛り、糸唐辛子をお好みでのせる。

☆ 牛肉ともやしを一煮に炊き込みなので、ごはんはうまみがたっぷり!!!
今回は輪切唐辛子にしましたが、ピリッとする辛さが甘辛いごはんには
ピッタリです。お肉もしっかり入っているので、噛むかみ度もUP☆☆