

Easy Cooking

今月号は、レストランサルテシェフ 倉持康範さんです。

Let's Cooking!!

- ① 牛肉に塩・胡椒・小麦粉+パプリカ(粉)をまぶしてバターソテーします。
- ② 別の鍋に玉ねぎ・マッシュルーム・しめじをバターソテーして①の牛肉を加えてブランデーでフランベし白ワインを入れ少し煮詰め、トマトピューレ・チキンブイヨンを入れます。
- ③ クリームを入れて塩・胡椒で味を調えれば出来上がり。
バターライスやパスタと一緒に召し上がってください。

材料・調味料 (4人前)

- 牛肉…200g (薄くスライス)
- 小麦粉…適量 1:1で合わせる
- パプリカ(粉)…適量
- 玉ねぎ…1/4個 (みじん切り)
- マッシュルーム…60g (厚めのスライス)
- しめじ…40g (ばらしておく)
- ブランデー…10cc
- 白ワイン…15cc
- トマトピューレ…36cc
- チキンブイヨン…72cc (粉末を水に溶かしても可)
- クリーム45%…36cc
- パセリ…少々 (みじん切り)
- サワークリーム…少々 (ヨーグルトでも可)



ビーフストロガノフ (4人分)

料理名は、アレクサーンドル・グリゴリエヴィチ・ストローガノフ伯にちなんで名付けられました。この料理はロシアの民族的な料理ではなく、近代に創作された料理の典型です。初めて登場したのは19世紀の終わりごろです。現在では色々なレシピが紹介されていますが、今回は簡単に作れるレシピをご紹介します。

