

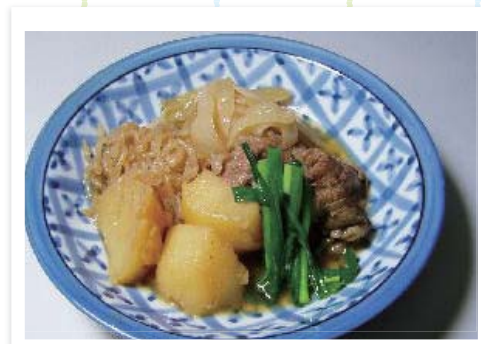
肉じゃが

【トレハ®の効果】

- 1 ジャガイモの煮崩れを防ぎます。
- 2 肉はやわらかく、じゃがいもはほっくりと仕上がります。
- 3 冷蔵、冷凍保存してもじゃがいもや肉が硬くなりにくくなります。

【配合目安】

調味液に対して、トレハ5%を上乗せして加える。



料理考案・制作／政木信昭クッキングスクール
校長 政木信昭氏

材料

【4人分】

じゃがいも	200g
玉ねぎ	300g
青ねぎ	3本
糸こんにゃく	100g
牛薄切り肉	250g
サラダ油	大さじ1
酒	1/2カップ
水	1/2カップ
トレハ®	大さじ1・1/2
砂糖	大さじ3
醤油	大さじ3

作り方

- 1 ジャガイモは皮を剥いて水にさらし、食べやすい大きさに乱切りにし、約3分茹でて、茹で汁をきっておく。
- 2 玉ねぎは1cm厚さのくし型に切り、青ねぎは4cmの長さに切っておく。
- 3 糸こんにゃくは食べやすく切って熱湯で2分茹でて、ざるに上げて水気をきっておく。牛肉は4~5cm幅に切る。
- 4 鍋にサラダ油を入れて熱し、牛肉を強火でサッと炒め、肉の色が変わったら、じゃがいも、玉ねぎ、糸こんにゃくを加えて分量の酒と水を入れる。
- 5 4が煮立ったら、トレハ、砂糖、醤油を入れ、落とし蓋をして中火以下で煮る。じゃがいもがやわらかくなったら青ネギを入れ、ひと煮たちして火を止める。

当社での試作例です。条件は貴社設備等に合わせて適宜ご検討ください。

※「トレハ」は日本における林原の登録商標です。