

# \ Let's cook! /

料理名

作った写真を  
はり付けてみよう



コメント

## 材料：4人分

- 牛肉（ブロック）：800g
- 玉ねぎ：2個（粗みじん切り）
- にんじん：2本（粗みじん切り）
- セロリ：2本（粗みじん切り）
- 赤ワイン：500ml
- ビーフストック：500ml
- トマトペースト：大さじ3
- ローリエ：2枚
- 塩、黒胡椒：各適宜

## 作り方

1. 牛肉を一口大に切り、塩と黒胡椒で下味をつけます。
2. 鍋にオリーブオイルを熱し、牛肉を表面がカリッとするまで炒めます。
3. 玉ねぎ、にんじん、セロリを加えて炒めた後、赤ワインを注ぎます。
4. ワインが半分に煮詰まったら、ビーフストック、トマトペースト、ローリエを加え、弱火で2時間煮込みます。
5. 煮込んだシチューを確認し、味を調えた後、熱々の状態で提供します。