



## 🍴 牛ステーキの切り重ね

おすすめの味わい: 辛口



みょうがや大根おろしで牛肉もさっぱり食べれる! タレは焼肉のタレで簡単に!

調理時間: 15分

カロリー: 828Kcal (1人分)

塩分: 0.9g (1人分)

※当社の栄養表示は、各原材料の分析値、または「五訂日本食品標準成分表」に基づき算出した値の合計値です。

### ■材料 (2人分)

牛ステーキ肉 (2枚)、にんにくスライス (1片分)、

塩麹 (少々)、サラダ油 (小さじ2)、

大根おろし (1カップ)、みょうが (2本)、

生姜 (1片分)、貝割菜 (1/2パック)、

アーリーレッド (少々)、焼肉のタレ (適量)

### 作り方

- 1 フライパンにサラダ油を入れ、にんにくのスライスをゆっくり炒め、取り出す。
- 2 牛ステーキに塩麹少々を絡め、好みの焼き加減で焼く。
- 3 みょうが・生姜・アーリーレッドはせん切りにし、さっと水にさらし、水気を取る。貝割菜は根元を落とし、半分に切る。
- 4 ②をそぎ切りし、①と大根おろしを間に挟みながら、重ねて盛る。
- 5 焼肉のタレ少々をかけて仕上げる。