

# ハヤシライス

洋      メイン

## 材料 (作りやすい分量)

手羽元	5本
<b>野菜</b>	
└玉ねぎ	1個
└人参	1本
└セロリ	あれば
にんにく(みじん切り)	小さじ1/2
トマト(湯むぎ)	1/2個
<b>調味料</b>	
└ケチャップ	45cc
└ブイヨンの素	小さじ1
└蜂蜜	10cc
└ブランデー	20cc
└薄口	大さじ1/2
デミ缶	2缶
<b>具</b>	
└牛肉	200g
└玉ねぎ	1個
バター	小さじ1
生クリーム	大さじ1



## 作り方

1. 手羽元を、鍋に入れ水を加えて煮る。
2. 野菜を乱切りしたものを、フライパンに油をしいて炒め、にんにく(みじん切り)も加え、色づいたら1の鍋へ。
3. さらに湯むぎしたトマト(種をとっておく)、調味料を入れ1時間以上煮込む。
4. 手羽元をとりだし、漉す。
5. フライパンで玉ねぎ、牛肉(塩・こしょうして)を別々に炒め、鍋に入れて4とデミ缶を加え30分煮る。
6. バター(こくだし)、生クリーム(まろやかさ)を入れて少し煮る。
7. 器にごはんを入れ6をかける。

所要時間  
主な調理器具

2時間  
鍋、フライパン