

簡単ビーフストロガノフと 自家製パスタ

材 料(4人分)

・牛肉	300g
・玉葱	1個・1/2個
・マッシュルーム	12個
・白ワイン	50ml
・生クリーム	250ml
・ヨーグルト	50g
・レモン汁	適量
・バター	30g
・小麦粉	適量
・塩	適量
・こしょう	適量
・パセリ	一枝
・サラダ油	適量

MEMO

.....

.....

.....

.....

.....

.....

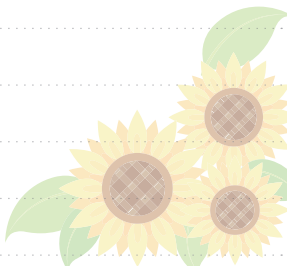
.....

.....


.....

.....

.....



作り方

- 
- 1 ヨーグルトはザルにキッチンペーパーをひいて水切りします。
 - 2 牛肉は薄切りにし玉葱と一緒に一日マリネします。
 - 3 玉葱とマッシュルームは5mmくらいの薄切りにします。
 - 4 2の牛肉の玉葱を取り除き、塩・こしょうをして小麦粉をまぶします。
 - 5 フライパンを熱し4を入れて焼き、バットに取り出します。
 - 6 鍋にバターを入れて中火で3を炒め、5の牛肉を入れます。
 - 7 6に白ワインを入れてフランベしたら生クリームを入れて軽く煮ます。
 - 8 7に濃度がついたら塩・こしょう・レモン汁を入れて味をととのえ、仕上げに水を切ったヨーグルトを入れます。
 - 9 茹でたパスタをバターでからめ、8を盛り付けパセリを添えます。

パスタ

●材料

・強力粉	60g
・薄力粉	60g
・卵 Mサイズ	1個
・EXバージンオイル	5ml
・塩	一つまみ

- 1 ボウルに強力粉と薄力粉を入れて合わせ、卵・EXバージンオイル・塩を入れてひとまとめにし、冷蔵庫で1~2時間寝かせます。
- 2 冷蔵庫から取り出し麺棒で厚さ1mmくらいにのぼし包丁で幅5mmくらいに切ります。
- 3 1%の塩を入れたお湯で4分くらい茹でます。