

## ビーフストロガノフ

合計加熱調理時間 約 **30**分

[1人分：768kcal/ 食塩相当量：2.3g]

マイルドな口当たりに、深みのある味わい。  
本格ロシア料理を一度にたくさん作れます。



## 分量

10人分

## 設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	100%	30分	160℃

## 材料（10人分）

<材料a>	
牛ヒレ薄切り肉	800g
塩	少々
こしょう	少々
小麦粉	大さじ2
タマネギ（薄切り）	600g
マッシュルーム（薄切り）	300g
サラダ油	大さじ1
<材料b>	
サワークリーム	450g
牛乳	200cc
トマトピューレ	100g
バター	50g
塩	大さじ1
温かいごはん	2000g
パセリ（みじん切り）	適量

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

## 下ごしらえ

- ・牛ヒレ薄切り肉は塩、こしょうを振り、小麦粉をまぶす。
- ・温かいごはんの作り方について→[詳しくはこちら](#)

## 作り方

1. 65mmのホテルパン1枚に<材料a>を入れ、サラダ油を回しかけて【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 加熱開始から10分後、一旦取り出して<材料b>を加え混ぜ、フタをしてスチコンに戻し入れる。
3. 器に温かいごはん、2を盛ってパセリを散らす。

**調理ポイント** ◆牛ヒレ薄切り肉に小麦粉をまぶすことで、ソースにとろみがついて美味しくなる。