



ホワイト
ビーフ
ストロガノフ

POINT
生クリームは牛乳に置き換えても作れます。

調理時間
20分

1人分(レシピ1/2量で) *カロリー: 771kcal *食塩相当量: 1.5g

材料(2人分)

- | | |
|---------------------------|-----------------------|
| ご飯…………… 茶碗2杯分 | 生クリーム…………… 1カップ |
| 産直 牛切落し …… 120g | 牛乳…………… 1/2カップ |
| 塩、こしょう(牛肉の下味用) …… 各少々 | 顆粒コンソメ…………… 小さじ1 |
| たまねぎ(8mm厚さのくし形切り) …… 1/2個 | レモン果汁 …… 大さじ1/2 |
| にんにく(みじん切り) …… 1片 | バター…………… 10g |
| マッシュルーム(薄切り) …… 4個 | 塩、こしょう …… 各少々 |
| 薄力粉…………… 小さじ2 | 赤パプリカ(5mm角切り) …… 1/4個 |
| | パセリ(みじん切り) …… 適量 |
| | オリーブ油…………… 大さじ1 |

1. 牛肉は食べやすい大きさに切って塩、こしょうをする。
2. フライパンにオリーブ油を熱し、にんにく、牛肉、たまねぎを順に入れて炒め、**A**を加えて粉が全体になじむようにしんなりするまで炒める。
3. **B**を加えてよく混ぜ合わせ、ふたをして3～4分煮たら、**C**を入れて味を調える。
4. ご飯と**3**を器に盛り合わせ、**D**を散らす。

PICK UP

レシピで使用した商品を、
P. 2～3で詳しく
ご紹介しています



小分けに切り分ける際は、
ブッシュ・ド・ノエルを横向きにし、
10時の方向に
カットしていきます。



POINT
生クリームの泡立て加減は、
泡立て器ですくうとやわらか
いツノが立ち、その後少し曲
がって下を向くかたさです。

焼かずに簡単♪
ビスケットで作る
ブッシュ・ド・ノエル

調理時間
25分

1人分(レシピ1/4量で) *カロリー: 293kcal *食塩相当量: 0.3g
※冷蔵庫で冷やす時間を除く

材料(8×18cmのケーキ1本分)

- | | |
|---|--------------------------------------|
| 生クリーム…………… 1カップ | 牛乳(小皿に入れる) …… 1/2カップ |
| CO・OP 純ココア…大さじ2 | チョコペン…………… 適量 |
| 砂糖…………… 大さじ2 | CO・OP 純ココア(仕上げ用) …… 適量 |
| CO・OP 全粒粉ミルクチョコビス
(北海道産小麦100%) …… 1箱 | いちご、ブルーベリー、
クリスマスの飾り(お好みで) …… 各適宜 |

1. 生クリームをホイップし、途中で**A**を加えて混ぜ、8分立てにしたらラップを広げて一部のクリームを18cm長さに敷く。
2. ミルクチョコビスを1枚ずつ牛乳にさっとくぐらせ、クリームと交互に挟んで**1**の上に並べ、残っているクリームを全体に塗ったらラップを巻いて冷蔵庫に一晚おく。(クリームは仕上げ用に少し取っておく)
3. まな板の上に**2**を置いてラップを広げ、仕上げ用のクリームを塗り、チョコペンで年輪を描きフォークでやさしく木の筋をつけ、純ココアを振りかける。
4. 皿に盛り付けて、お好みでフルーツやクリスマスの飾り付けをする。

