



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: 3.15g

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



産直
牛切落し

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

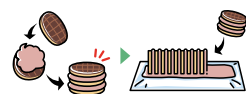
調理時間
25分

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晩おく。(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。



ミルクチョコビスとクリームを縦に数枚重ね、横に倒して連結させていきます。