

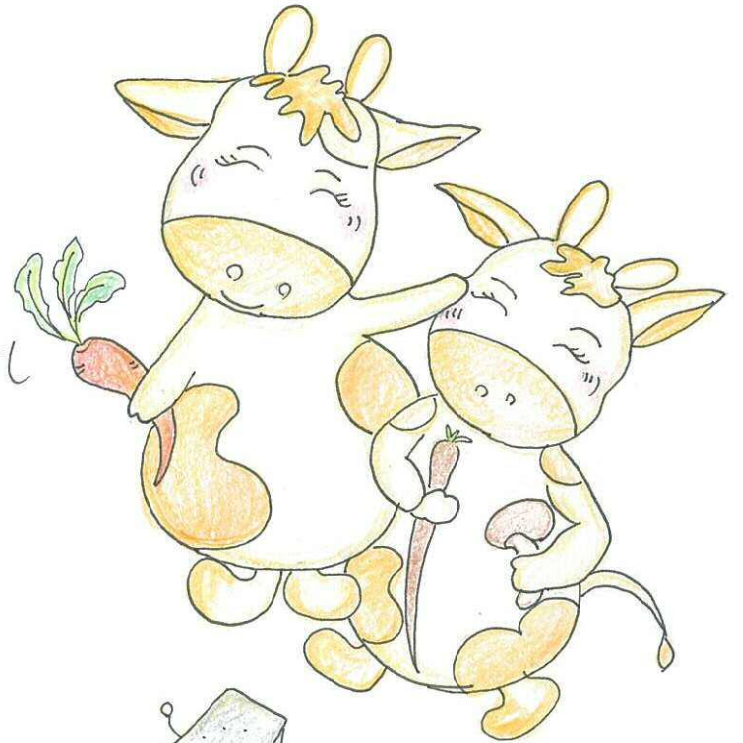
# 肉もつそ (4人分)

## 材料

- 米 ... 2合
- 牛肉 100g
- 人参 小2分の1本
- ごぼう 4分の1本
- 干しいたけ 2枚
- こんにゃく 20g
- 木綿豆腐 100g
- むき枝豆 30g
- さとう 大さじ2
- うまほしゅう 大さじ1
- 酒 小さじ2
- 油 少々

## 作り方

1. 人参、ごぼう、こんにゃくは食べやすい大きさに切る。干しいたけは水で戻しておく。
2. 牛肉と①を油で炒めて調味料で味付けし枝豆と水切りした豆腐をつぶして加え味を染み込ませる。
3. 炊いたご飯に②を混ぜる。



🌸 豊中町の郷土料理です。