

ROSEN'S RECIPE
ローゼンおすすめメニュー

トマトの程よい酸味がステーキにもよく合います♪

ステーキのせ! トマトカレー

調理時間

15分

1人分

673kcal



※写真はイメージです

夏の旬食材



玉ねぎ

+

使ったのはコレ!



カゴメ
基本のトマトソース 295g

ステーキのせ! トマトカレー

材料/3人分

牛肉(ステーキ用).....3枚(450g)
塩.....少々
こしょう.....少々
玉ねぎ.....1/2個
なす.....1本
ピーマン.....2個
サラダ油.....大さじ1/2
カゴメ 基本のトマトソース 295g..
.....1缶
水.....2カップ(200ml)
カレールウ.....3かけ
ご飯.....3皿分

作り方

- ①牛肉は塩・こしょうを振っておく。玉ねぎ、なす、ピーマンは一口大に切る。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、牛肉をお好みの焼き加減で焼き、取り出しておく。
- ③同じフライパンに玉ねぎ、なす、ピーマンを入れ、しんなりとしてくるまで炒める。
- ④「カゴメ 基本のトマトソース」と水を加え、沸騰したら火を止め、カレールウを溶かす。再び加熱しとろみが出てきたら、ご飯を盛った器にかける。
②のステーキを乗せたら出来上がり!