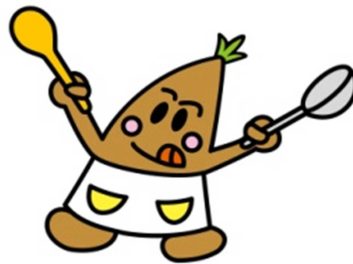


竹ちゃんのおすすめ料理

【料理名】 たけのこのクリーム煮



【コメント】

たけのこを洋風にしました。たけのこの歯ごたえが味わえます。

作ってみませんか! ?

食品名	分量 (4人分)	作り方
マカロニ	30g	<p>① ゆでたけのこは短冊切り, ベーコンは1cm幅, 玉ねぎは薄切り, にんじんは細切り, アスパラガスは斜め切りにする。</p> <p>② しめじは石づきをとりばらしておく。</p> <p>③ なべに油とバターを熱し, ベーコンを炒める。にんじんと玉ねぎを加えてしんなりするまで炒める。さらに, アスパラガスとたけのこ・しめじを入れて炒め, 水を入れて煮る。</p> <p>④ ③にゆでたマカロニと牛乳を加え塩・こしょうで味をつける。水で溶いた上新粉でとろみをつけ, 生クリームを入れて仕上げる。</p>
ゆでたけのこ	160g	
ベーコン	40g	
玉ねぎ	200g	
にんじん	60g	
しめじ	50g	
アスパラガス	50g	
サラダ油	大さじ1	
バター	15g	
牛乳	200ml	
生クリーム	大さじ1と1/2	
塩	小さじ1	
こしょう	少々	
上新粉	大さじ1と1/3	
水	280ml	