

長芋ステーキ



材 料 (4人分)

野菜だしの粉末 *「明治記念館 野菜だし」	1 袋	醤油	小さじ2
長芋	300 g	万能ねぎ	少々
バター	20 g		

長芋ステーキの美味しい作り方

- ① 長芋は皮をむいて輪切りにし、水に漬けてクッキングペーパーで良く水気をとる。
万能ねぎは小口に切る。
- ② フライパンを火にかけてバターをとかし、長芋を中火で両面を2分ずつ焼く。
- ③ 火が通ったら醤油を加えからめる。
- ④ 器に盛り付け、野菜だしの粉末を袋からだして均一に振りかけ、万能ねぎを飾る。