**～牛肉とゆで卵の韓国風しょうゆ煮～**

|  |  |
| --- | --- |
| ◇材料 | (4人分) |
| 牛肉（ももの塊） | 400グラム |
| 卵 | 4個 |
| ニンニク | 1個 |
| しょうが | 1かけ |
| しし唐辛子 | 1パック |
| 牛肉のゆで汁約 | 2カップ |
| しょうゆ　 | 大さじ5 |
| さとう　 | 大さじ1 |
| 酒 | 大さじ3 |

◇作り方

1. 牛肉は2～3つに切り分けます。にんにくは薄皮をむき、しょうがは薄切りにします。
2. 卵はゆでて水にとり、皮をむきます。
3. ①の肉は3カップの熱湯に入れてさっとゆで、肉の色が変わったらすぐに水に取り出して洗います。残ったゆで汁は煮立ててアクをとります。
4. 小さめの厚手の鍋ににんにく、しょうが、③の肉のゆで汁と調味料、肉を入れて火にかけ、煮立ったら弱火にしてアクを取り、ふたをして約1時間煮込みます。途中でゆで卵を加え、火を止める少し前にしし唐辛子を加え、煮汁につけたまま冷まします。
5. 牛肉は手で食べやすく裂き、ゆで卵は半分に切り、ニンニク、しし唐辛子とともに器に盛り合わせます。