

ボルシチ

材料（4人分）

● 牛肉	100g	● 塩・こしょう	少々	
● ジャがいも	中2個	● 赤ワイン	小さじ1	
● にんじん	1/2本	● 水	300cc	
● 玉ねぎ	1個	A {	● トマトピューレ	大さじ3
● ビーツ	1個		● トマトケチャップ	大さじ2
● セロリ	1本	● 生クリーム	小さじ2弱	
● にんにく	1かけ			
● 炒め油	小さじ1			

作り方

- ① ジャがいも・にんじん・玉ねぎは角切り、セロリは小口切り、にんにくはみじん切りにする。ビーツは皮つきのまま茹で、皮をむいて角切りにする。
- ② 鍋に油を熱し、セロリ・にんにくを炒める。
- ③ 牛肉・赤ワイン・玉ねぎ・にんじんの順に塩こしょうをして炒める。
- ④ 牛肉の色が変わったら、分量の水とビーツを入れて煮る。
- ⑤ 材料に火が通ったら、調味料(A)を入れて煮込む。
- ⑥ 味をととのえ、仕上げに生クリームを入れる。

ボルシチはウクライナ料理です。華やかな一皿で、おなかの中から温まります。



【ビーツについて】
皮をむくと色が溶け出します。先に皮付きのまま茹でると扱いやすくなります。

