



ホワイト  
ビーフ  
ストロガノフ

**POINT**  
生クリームは牛乳に置き換えても作れます。

調理時間  
**20分**

1人分(レシピ1/2量で) \*カロリー: 771kcal \*食塩相当量: 1.5g

**材料(2人分)**

- |                            |                        |
|----------------------------|------------------------|
| ご飯……………茶碗2杯分               | 生クリーム……………1カップ         |
| 産直 牛切落し……………120g           | 牛乳……………1/2カップ          |
| 塩、こしょう(牛肉の下味用)……………各少々     | 顆粒コンソメ……………小さじ1        |
| たまねぎ(8mm厚さのくし形切り)……………1/2個 | レモン果汁……………大さじ1/2       |
| にんにく(みじん切り)……………1片         | バター……………10g            |
| マッシュルーム(薄切り)……………4個        | 塩、こしょう……………各少々         |
| 薄力粉……………小さじ2               | 赤パプリカ(5mm角切り)……………1/4個 |
|                            | パセリ(みじん切り)……………適量      |
|                            | オリーブ油……………大さじ1         |

1. 牛肉は食べやすい大きさに切って塩、こしょうをする。
2. フライパンにオリーブ油を熱し、にんにく、牛肉、たまねぎを順に入れて炒め、**A**を加えて粉が全体になじむようにしんなりするまで炒める。
3. **B**を加えてよく混ぜ合わせ、ふたをして3～4分煮たら、**C**を入れて味を調える。
4. ご飯と**3**を器に盛り合わせ、**D**を散らす。

**PICK UP**

レシピで使用した商品を、  
P. 2～3で詳しく  
ご紹介しています



小分けに切り分ける際は、  
ブッシュ・ド・ノエルを横向きにし、  
10時の方向に  
カットしていきます。



**POINT**  
生クリームの泡立て加減は、  
泡立て器ですくうとやわらか  
いツノが立ち、その後少し曲  
がって下を向くかたさです。

焼かずに簡単♪  
ビスケットで作る  
ブッシュ・ド・ノエル

調理時間  
**25分**

1人分(レシピ1/4量で) \*カロリー: 293kcal \*食塩相当量: 0.3g  
※冷蔵庫で冷やす時間を除く

**材料(8×18cmのケーキ1本分)**

- |  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| 生クリーム……………1カップ                           | 牛乳(小皿に入れる)……………1/2カップ                 |
| CO・OP 純ココア……………大さじ2                      | チョコペン……………適量                          |
| 砂糖……………大さじ2                              | CO・OP 純ココア(仕上げ用)……………適量               |
| CO・OP 全粒粉ミルクチョコビス<br>(北海道産小麦100%)……………1箱 | いちご、ブルーベリー、<br>クリスマスの飾り(お好みで)……………各適宜 |

1. 生クリームをホイップし、途中で**A**を加えて混ぜ、8分立てにしたらラップを広げて一部のクリームを18cm長さに敷く。
2. ミルクチョコビスを1枚ずつ牛乳にさっとくぐらせ、クリームと交互に挟んで**1**の上に並べ、残っているクリームを全体に塗ったらラップを巻いて冷蔵庫に一晚おく。(クリームは仕上げ用に少し取っておく)
3. まな板の上に**2**を置いてラップを広げ、仕上げ用のクリームを塗り、チョコペンで年輪を描きフォークでやさしく木の筋をつけ、純ココアを振りかける。
4. 皿に盛り付けて、お好みでフルーツやクリスマスの飾り付けをする。

