

# 牛肉のバターしょうゆ お手軽度 ☺☺☺

## 材料 (2人分)

牛うす切り肉	100g
バター	小さじ2
しょうゆ	小さじ1
青じそ	5枚
ミニトマト	5個

<1人分>	
エネルギー	198 ㎉
塩分	0.6g



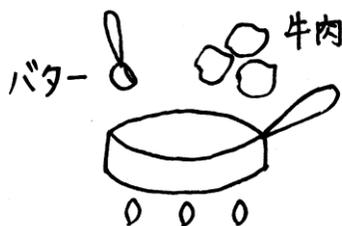
## 作り方

### ①下準備

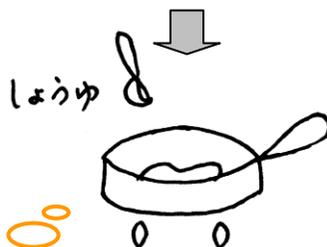
牛うす切り肉  
一口大に



②フライパンを熱して  
バターを入れ、牛肉  
を炒める。



③牛肉に火が通ったら  
しょうゆを入れて火  
を止める。  
青じそに包んで食べる。



バター風味で洋風の味付けです。青じそであっさり召し上がってください。