

HAPPY  
FATHER'S  
DAY

がんばるお父さんへ!  
応援レシピ



259055 冷凍 次回7月2日

鳥取県・シガフードプロダクツ  
鳥取県産牛こまざれ

200g ★

100gあたり  
税込 269円

鳥取県産乳用種の母牛をこまざれに  
しました。

本体 498円  
(税込 538円)

皿:直径約23cm

## 簡単! 炊飯器 de ビーフピラフ

がんばるお父さんに、牛肉入りピラフを作ってあげよう!



材料 (3~4人分)

259055 鳥取県産牛こまざれ ..... 150g  
293768 無洗米近江米みずかがみ ... 2カップ  
ミックスベジタブル ..... 100g  
顆粒コンソメ ..... 小さじ1  
バター ..... 大さじ1/2  
塩・胡椒 ..... 各少々  
パセリ(みじん切) ..... 適量

作り方

- ① 牛肉に塩・胡椒各少々をふり、フライパンでさっと炒める。
- ② 炊飯器の釜に米と水2カップ、顆粒コンソメを入れて混ぜ、凍ったままのミックスベジタブルと牛肉を加え、普通に炊く。
- ③ 炊き上がったらバターを入れてざっくり混ぜ、塩・胡椒各少々で調味し、パセリを散らす。



いつも  
ありがとう!

