



## ハピーレシピ辞典



「生活良好誌 2003年9月号より」

## ハムのストロガノフ風・・・10分でできる簡単おかず



- 1 玉ねぎの薄切り、小房に分けたしめじ、幅1.5cmに切ったスライスハムをサラダ油を熱したフライパンで炒め、白ワインをふります。
- 2 ドミグラスソースとブイヨンを加えて煮ます。湯むきして種を取り除き、ざく切りにしたトマトを加えてひと煮し、塩、こしょうで味を整え、コーヒーフレッシュをかけ、パセリをちらします。

※お好みで、スパゲッティ120gをゆでて添えます。

## 材料(4人分)

玉ねぎ	1コ
しめじ	1パック
スライスハム	10枚
サラダ油	大さじ1
白ワイン	大さじ2
ドミグラスソース	1缶(290g)
ブイヨン	1/2カップ
トマト	1コ
塩、こしょう	各少々
コーヒーフレッシュ	4コ
パセリ	適量