

Rich Beef Stew (S&B)

If using 10 servings (2 packs), double the amount of ingredients and use 1 liter (5 cups) of water.

Ingredients for 5 servings (1 pack)

- 300 g beef
- 1½ med onion
- 200 g carrots
- 150 g potatoes
- 1 T canola oil or butter
- 650 ml water

1. Sauté **beef**, **onion** and **carrot** in **oil** or **butter** and add **water** at **medium heat**, about **5 to 10 minutes**.
2. After bringing to a boil, remove foam and simmer with the lid slightly ajar. **Medium high heat** for a strong simmer.
3. After **about 20 minutes**, add **potatoes** and cook for **about 10 minutes**.
Or, put potatoes in at the beginning and cook everything for about 20 minutes
4. Turn off the heat, add the **roux** and let it dissolve.
5. Simmer, stirring occasionally until it thickens.

Special Beef Stew recipe: (with red wine, mushrooms, butter)

<https://www.sbfoods.co.jp/recipe/detail/04218.html>



濃いビーフシチュー (S&B)

【10皿分 (2パック) ご使用お場合】 具材は2倍、水は1000ml (5カップ) にしてください。

5皿分 (1パック) の材料

- 牛肉 300g
- 玉ねぎ 中 1½個(300g)
- にんじん 中1本(200g)
- じゃがいも 中 1本(150g)
- サラダ油(またはバター) 大さじ 1
- 水 650ml

1. 牛肉、玉ねぎ、にんじんを油で炒め水を加える。中火、約 5分～10分
2. 沸騰後アワを取り煮込む鍋のふたを少し開けて強火～中火沸騰後約 20分
3. じゃがいもを加え約 10分
4. 火を止めルウを入れ溶かすルウ 1パック
5. 火を止める時々かきまぜながら煮込むとろみができるまで弱火約 5分

スペシャル・ビーフシチューのレシピ: (赤ワイン、マッシュルーム、バター入り)

<https://www.sbfoods.co.jp/recipe/detail/04218.html>

