



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: 3.15g

材料(2人分)

ご飯……………茶碗2杯分	生クリーム……………1カップ
産直 牛切落とし……………120g	②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	③レモン果汁……………大さじ1/2
にんにく(みじん切り)……………1片	④バター……………10g
①マッシュルーム(薄切り)……………4個	塩、こしょう……………各少々
①薄力粉……………小さじ2	⑤赤パプリカ(5mm角切り)……………1/4個
	⑥パセリ(みじん切り)……………適量
	⑦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、①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. ③を加えてよく混ぜ合わせ、ふたをして3～4分煮たら、④を入れて味を調える。
4. ご飯と③を器に盛り合わせ、⑤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



産直  
牛切落とし

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

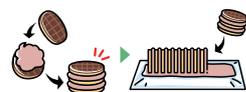
調理時間  
25分

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
①CO-OP 純ココア……………大さじ2	チョコペン……………適量
②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 (北海道産小麦100%)……………1箱	いちご、ブルーベリー、 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①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。



ミルクチョコビスとクリームを縦に数枚重ね、横に倒して連結させていきます。