

3月3日（金）

きょうは、“ビーフシチュー”についてのお話です。

きょうの“ビーフシチュー”には、バターと油、小麦粉を弱火でじっくり加熱^{かねっ}して作る、手作りルウを使います。このルウは、40分以上もじっくり混ぜながら作っていて、とても手間がかかっています。さらに、タイムやクローブといったスパイスも使われていて、本格的な味付けになっています。

手間暇^{ひま}かけて作られていますので、きょうもぜひ、残さずにしっかり食べましょう。