

9月14日 にくじゃが



しらたき



きょう ぎゅうにく
今日は牛肉です！

ほね と のぞ
骨やすじを取り除きます

かんせいまえ ふん ひ と ま
完成前に20分、火を止めて待ちます。

あじ
味がしみこんでおいしくなります！

