

所要  
時間

# 10分 「豆乳の力」ソースの ローストビーフ丼



## 【材料・分量(1人分)】

ローストビーフ-----100g  
卵黄-----1個  
白飯-----150g  
【A】  
豆乳の力 プレーン無糖-----大さじ2  
油（オリーブオイル or サラダ油）  
-----小さじ1/2  
チューブにんにく-----約1.5g  
レモン汁-----小さじ3/4  
塩-----少々

## 【作り方】

- 1 【A】を全て混ぜ合わせてソースを作る。
- 2 白飯の上にローストビーフをのせ、その上に【A】をかける。
- 3 丼の中央に卵黄をのせて完成。

### ・POINT・

見た目にも華やかで、調理工程も少ないローストビーフ丼は行事食にもおすすめ。「豆乳の力 プレーン無糖」を使ったソースで、さっぱりとした味わいのアクセントを加えたごはんの進むどんぶりメニューです。

栄養価(1人分)

エネルギー : 524kcal	たんぱく質 : 30.0g
脂質 : 21.3g	炭水化物 : 59.1g
食物繊維 : 1.9g	食塩 : 1.2g

※リーフレタスは含まない