

カリフラワーのステーキ

使用商品

ハインツ 1kg プラントベース デミグラスソース

材料

- 1/2個 カリフラワー
- 適量 塩
- 適量 こしょう
- 15g オリーブオイル
- 1個 ビーツ
- 1本 スティックセニョール
- 60g ハインツ プラントベース デミグラスソース
- 適量 アーモンド
- 適量 タイム

作り方

1. フライパンにオリーブオイルを熱し、塩、こしょうをしたカリフラワーの両面に焼き目を付ける。
2. 1/4にカットしたビーツとスティックセニョールを加え一緒に焼き目を付け、ふたをして弱火で蒸し焼きにする。
3. 器に盛りハインツ プラントベース デミグラスソースをかけ、砕いたアーモンドとタイムを散らす。

備考

こんがり焼き上げえた野菜をメインディッシュに

