

ローストビーフ



料理特徴

肉のうま味に負けない、ソースの奥深い味わいが特徴です。

材料 4 人分

材料名	使用量	材料名	使用量
牛もも肉(ブロック)	400g	＜丼ぶり＞	
塩胡椒	4g	ご飯	1 杯分
サラダ油	15g	ローストビーフ	5 枚
＜ソース＞		ソース	大さじ2
正田の丸大豆しょうゆ 特撰	45g	卵黄	1 個
バルサミコ酢	35g	貝割れ大根	少々
みりん	12g		
はちみつ	8g		
おろしにんにく	2g		

作り方

- ①牛もも肉は常温(20℃程度)に戻し、塩胡椒を擦り込んで10分おく。
- ②フライパンにサラダ油を熱し、強火で①の表面に焼き色を付ける。
- ③180℃に予熱しておいたスチコンに②を入れ、中心温度が53℃になったら停止するようにセットする。加熱が終了したらホイルで包み、常温で1時間おく。
- ④鍋に＜ソース＞の材料を合わせ、軽くとろみが出るまで煮詰める。
- ⑤丼ぶりにご飯、③の牛肉を切って盛り付け、④のソースをかける。中央に卵黄1個乗せ、貝割れ大根をそえて出来上がり。