

定番ローストビーフ

～ゴルゴンゾーラのソースで～



■ 材料 ■

牛モモ肉 (塊) 500g/サラダ油 大さじ1/2/パルミット 3本/クリームチーズ・ゴルゴンゾーラ 大さじ3/アーモンド 5粒/☆オリーブオイル 小さじ1と1/2/☆塩 小さじ1/4/☆おろしにんにく 小さじ1/3/☆黒胡椒 適量

■ 下準備 ■

パルミットはみじん切りにして洗い、水に漬けて酸味を抜く。
お肉は常温に戻しておく。

■ 作り方 ■

1. 牛肉を半分 (250gずつ) に切り分け、塩小さじ1と黒胡椒小さじ1/2 (分量外) を全体にもみこみ、熱したフライパンに油をひいて表面を焼く
2. (1)をアルミホイルで包み、耐熱のタッパーに入れ80度程度のお湯に入れて20分おく (沸騰後、極弱火で加熱すると約80度に保てる) ※絶対に沸騰させない、タッパーが浮く場合は皿などをのせる
3. みじん切りにしたパルミットとアーモンド、ゴルゴンゾーラと☆の調味料を混ぜ合わせる
4. 湯煎後、粗熱を取ってから冷蔵庫で一晩寝かし、冷やした肉を薄く切り分け(3)のソースをかけて完成

La-Cocina では季節のレシピを無料配布中
<http://la-cocina.jp> にてプリントアウトできます*

recipe by Oisy!料理教室
<http://oisyyy.wix.com/oisy>