

日本短角牛すね肉のリゾット 「洋風けの汁仕立て」



材 料 (3 人 分)

- ・すね肉 (ブロック) . . . 300 g
- ・にんにく . . . 適量
- ・生クリーム . . . 30 cc
- ・市販のけの汁の具材 . . . 150 g
- ・冷ご飯 . . . 150 g
- ・大根 . . . 150 g
- ・トマト . . . 1/6 個

調 味 料

- ・タイム . . . 適量
- ・セルフイーユ . . . 適量
- ・オリーブオイル . . . 適量
- ・パルミジャーノ . . . 適量
- ・黒コショウ . . . 適量
- ・塩 . . . 適量
- ・コショウ . . . 適量
- ・味噌 . . . 少々

作 り 方

1. 鍋にすね肉とタイム・黒コショウ・にんにく・水 (30) を入れ、火にかける。
2. 沸いたら弱火にしてこまめにアクを取り、沸騰させないように2時間ほど煮込む。
3. 2から肉を取り出し、繊維に沿ってほぐす。その際に大きな筋は取り除く。
4. 別の鍋に300 ccほど2の煮汁を取っておき、コーンスターチで少々きつめに繋いで2を入れ、塩・コショウ・生クリーム・味噌で味を整える。
5. 2の煮汁にほぐしたすね肉と水洗いした冷ご飯を入れ、塩・コショウ・パルミジャーノ・トマト・オリーブオイルで味を調えリゾットを作る。
6. 深皿の中央に5を盛り、4のスープを流してセルフイーユを添える。お好みでマスタードを添える。