

お料理 クリップ

和風仕立てのクリスマス

和風ローストビーフ

フライパンで焼いて漬け込むだけの簡単レシピ。
醤油ベースのあっさり味で、パーティーにもお勧めです。



本文レシピ／大阪ガスッキングスクール 撮影／東谷幸一



■材料 (4人分)

牛モモ肉……………300g
大根……………150g → すりおろす
レタス、ニンジン…各50g → 千切りにする
カイワレ菜……………1パック(約50g) → 半分に切る
塩、黒コショウ……各少々
サラダ油……………適量

■作り方

- 1 牛肉に塩、黒コショウをすりこみ、フライパンに油を引いて強火で表面を焼く(写真)。蓋をして中火で約6分、裏返して更に6分焼いた後、アルミ箔ほうろくに包んでしばらく置く。
- 2 鍋にAを入れてひと煮立ちさせる。粗熱が取れば1を2～3時間ほど漬け込む。
- 3 2を薄く切り、野菜類、大根おろしと共に器に盛る。食べる直前に漬けだれをかける。

- A 醤油……………大さじ3
赤ワイン、水…各大さじ2
みりん……………大さじ1



■肉を漬けだれに漬けた状態で、冷蔵庫で約3日間保存可。年末年始の急なお客様へのおもてなしにも重宝ですよ。