

「70度真空加熱した牛肉の低温調理 バターナッツとトランペット茸」



材料(3人分)

牛ランプ肉 250g マリネ液(オリーブオイル、黒粒コショウ、レモングラス、タイム、ローリエ、ニンニク) 各適量 調味液(トリュフのだし、トリュフオイル、オリーブオイル)各適量
バターナッツ 適量 トランペット茸 適量 マスタードソース、エスペルト唐辛子、黒コショウ マスタードオイル

作り方

牛ランプ肉をオリーブオイル、黒粒コショウ、レモングラス、タイム、ローリエ、ニンニクで3日間マリネする。

バターナッツは横にスライスしてリング状に型抜きし、鶏ブイヨン、コリアンダー、オリーブオイル、塩、タイム各適量で煮る。トランペット茸はニンニク、塩、バター、イタリアンパセリでソテーしておく。

マリネした から黒粒こしょう、レモングラスなどを取り除き、糸で縛って整形する、オリーブオイルで表面が薄く色づく程度に火を入れる。

肉の表面についた油を取り除き、トリュフのだし、トリュフオイル、オリーブオイルと共に真空パックに入れる。

設定温度70度のユラボ・サーキュレーターを

取り付けたウォーターバスに を入れ、芯温が

56 になるまで加熱する。



肉をパックから取り出して糸を外してカットする。 のバターナッツ、トランペット茸と共に皿に盛り、マスタードソースとマスタードオイルを置く。