



【牛肉のマリネとマッシュポテト、
レーズン添え】

【材料】4人分

牛肉のマリネ:	マッシュポテト:	レーズン:
霜降りの牛肉 1kg	ポテト 200g	レーズン 50g
月桂樹の葉 2枚	水 40ml	マリネ 50ml (牛肉に使用)
砕いたコショウの実 8個	バター 40g	ブラウンシュガー 1tbs
オールスパイスの実 2個	オリーブオイル 20g	
ネズの実 3個	クリーム 20ml	
バルサミコ酢 200ml	エゾネギー束 みじん切り	
ローズマリーの小枝	塩とナツメグ	
子牛の焼汁 300ml		

【調理時間の目安】

準備時間: 漬け込み時間 3日間

調理時間: 牛肉のマリネ 18時間 / ポテト 60分

【調理】

牛肉のマリネ:

子牛の焼汁以外の牛肉とその他の食材を真空パックに入れ3日間漬け込みます。

牛肉マリネを取り出しフライパンで水分を取りローストします。牛肉マリネとその他のスパイスを再度真空パックに入れ真空にします。フュージョンシェフを65°Cに設定し真空パックを入れ、18時間調理します。袋から牛肉を取り出しお鍋に写し仔牛の焼汁を追加して温めます。沸騰後、コーンスターチをいれます。

牛肉をスライスしお皿に盛りつけます。

マッシュポテト:

皮をむきポテトをサイコロ状にします。

袋にポテトと水と塩を入れ真空パックします。

フュージョンシェフの漕内を温度 85°C に設定し 60 分真空パックを入れます。

暖かい状態で手で袋の状態で押しつぶします。

クリームとオリーブオイルと一緒にバターを温めブレンドする。

ブレンドした液体にマッシュポテトを追加し、滑らかになるまで泡立てる。

塩とナツメグを入れ味付けをする。

マッシュポテトにエゾネギを振り掛ける。

レーズン:

レーズンをマリネに浸します。

レーズンに少量のマリネ液とブラウンシュガーを入れブレンドします。

軽く加熱し牛肉に盛ります。

レシピ提供: Heiko Antoniewicz シェフ
フュージョンシェフHP掲載レシピより和訳