



【子牛のすねの煮込みとポテト添え】

【材料】6人分

子牛のすねの煮込み:

子牛のすね 1

セロリ、ニンジン、タマネギ 400g

発泡酒 400ml

ローズマリーとセージ 小さい物 1束

ポテト:

ポテト 400g

ローレルの葉 2枚

エクストラバージンオリーブオイル

塩・コショウ

【調理時間】

子牛: 20時間

ポテト: 30分

【調理】

フュージョンシェフを66°Cの設定で槽内を温めます。

子牛のすねに塩・コショウし、フライパンで黄金色になるまで焼き、さいの目に切った野菜とビールを入れ、ビールが蒸発するまで煮込み冷やします。

真空パックに子牛のすね、野菜、パープとビールを少々いれます。パックを66°C設定の真空調理器に入れ20時間火入れします。お肉とソースを真空パックから取り出し分けます。

フュージョンシェフを70°C設定で槽内を温めます。

ポテトの皮をむき、さいの目に切ります。ポテトに塩・コショウをかけ、真空パックにポテト、ローレル、オリーブオイルを入れ、70°Cの真空調理器に30分入れます。

フライパンにオリーブオイルを入れ黄金色になったお肉をスライスやカットをして、野菜ソースとローリエポテトを提供する前にアレンジしてください。

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