



### 【 アジア風 和牛ほほ肉蕎麦 】

#### 【材料】

下処理した和牛ほほ肉	800g	塩	適宜	レモングラス	2本
タイの唐辛子	1個	生姜	3cm	タイの玉ねぎ	200g
砂糖	適宜	米酢	40ml	肉の濃厚な出汁(豚又は牛)	2L
昆布(10×10cm)	1枚	醤油	お好みで約40ml	味噌	大さじ2/3
椎茸	200g	ごま油	大さじ1	ほうれん草	3掴み
蕎麦	350g				

#### 【調理】

下処理した和牛ほほ肉を塩で味付けし、レモングラス・唐辛子・生姜と共に真空パックに入れます。  
フュージョンシェフの設定温度を72℃にし、36時間調理します。

玉ねぎの皮を剥き、塩と砂糖で味付けし、米酢と共に真空にします。  
フュージョンシェフの設定温度を72℃にし、約2時間調理します。

出汁にはベースとして野菜と骨の濃厚なブロスを使います。2Lの出汁に昆布を入れ、煮込みます。  
ざるで濾して、出汁に醤油と味噌で味付けします。半分に切った椎茸をごま油でさっと炒めます。  
ほうれん草を洗い、蕎麦を茹で、水切りします。

提供する直前に、熱した出汁にほうれん草を入れ、さっと味をしみ込ませます。

深めの器に蕎麦を入れ、ほうれん草、椎茸、玉ねぎ、薄切りの和牛ほほ肉をのせ、出汁をかけます。