



【 T ボーンステーキ 】

【材料】 4人分

T ボーンステーキ 2枚	各 400g	粗挽きコショウ	小さじ 1
ローズマリー、タイム	各 2 枝	オリーブオイル	大さじ 2
バター	30g		

【仕込み時間】 30 分

【調理時間】 1 時間 30 分

【調理】

ステーキを1枚ずつ、半分に分けた他の材料と共に真空パックに入れます。

フュージョンシェフの温度設定 56℃で 90 分間、真空調理します。

調理が終わったら、水分を優しく拭き取り、表面を焼きます。

塩をふり、バターで照りをつけます。

焼いたじゃがいも、サワークリーム、丸ごとバーベキューしたとうもろこしと共にお出しするのが、お薦めです。

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