

● ビーフシチュー



材料(10人分)			
牛バラスライス		800	g
塩、胡椒		適量	
人参	一口大	250	g
じゃが芋	一口大	300	g
マッシュルーム	半分	80	g
生クリーム		50	g
バター		80	g
サラダ油		15	g
人参		80	g
玉葱		250	g
にんにく		10	g
赤ワイン		250	g
A ケチャップ		50	g
デミグラスソース		700	g
トマト水煮		400	g
トマトピューレ		80	g
サラダ油		60	g
塩、胡椒		適量	
ローリエ・タイム		適量	
水		150	g

作り方

◆ 事前調理

- 牛肉に塩、胡椒をまぶしてサラダ油で炒める
- Aの人参、玉葱、にんにくをサラダ油で炒め、ミキサーにかけてペーストにする
それを鍋に入れ、その他のAの材料も入れて煮込み、ルーにする
- 急速冷却する
- フィルムに牛肉とルーを入れ、別のフィルムに人参、じゃが芋、バター、生クリームを入れて真空包装する
- 加熱調理 牛肉+ルー:80°C × オーバーナイト、人参+じゃが芋:93°C × 40分
- 急速冷却し、保存する

◆ 提供当日

- 提供加熱をする。マッシュルームも加熱しておく
- 盛付け、提供