

☐ 超簡単！ローストビーフ



材 料

・牛モモブロック	500g
・塩こしょう	少々
・赤ワイン	50cc
・オリーブオイル	大きじ1

作 り 方

1. 牛肉を冷蔵庫から出し、塩こしょうを良くすり込み、常温に30分以上置きよく馴染ませる。
水気が出たらキッチンペーパーで拭き取る。
2. 火にかけてフライパンにオリーブオイル(大きじ1)を熱し、1を強火で焦げ目がつくぐらいに全体を良く焼く。
3. ワインを振りかけ蓋をしてから弱火にして5分焼き、肉の弾力を見て10分間蒸らす。
4. フライパンから牛肉を取り出し、皿などの上で冷ます。
5. 薄く切り分けてオニオンソース、ポン酢、わさび醤油などでお召し上がりください。

峯野牛直売店

〒433-8108 静岡県浜松市北区根洗町130-5
TEL:053-523-7770 FAX:053-523-7795
オンラインショップ <https://www.mineno-gyu.com>
牧場ホームページ <https://www.mineno-bokujo.com>