

## モモサイコロステーキの焼き方

### 材料 (2人分)

・ モモサイコロ	300g
・ 塩	適量
・ こしょう	適量
・ しょうゆ、わさび 大根おろし 等	お好みで

### 作り方

1. 牛肉は20分前に冷蔵庫から出して室温に戻しておく。目安は肉の表面に水滴が付くぐらい。ついた水滴は拭き取る。

**ポイント** 室温に戻さないと、表面に焼き色が付いても、中は冷たいままになる。  
冷えた状態で焼くと肉が固くなりやすい。

2. フライパンを強火にかけ、温まったら付いている牛脂を使ってフライパンにまんべんなく脂をひく。
3. 一度温めたフライパンを弱火にして、やさしく転がすように焼く。
4. モモサイコロの焼けた面に塩・こしょう各適量をふる。

**ポイント** ここまで塩・こしょうをふらない。塩は肉汁(肉のうまみ)が出てしまい、こしょうは焦がすと苦味やえぐみが出るので最後にふる。

5. 器に盛り、しょうゆ、わさび、大根おろし等お好みで召し上がってください。

峰野牛直売店

〒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>