

近畿地区研修会

場 所: 大阪府 大阪食肉会館

日 時: 2012年10月25日(木)



講 師: 武島 充美

大阪生まれ。1987年調理師免許取得。
株式会社 桜本 (Meat cook SAKURAMOTO) 社長。
2012年6月、一般消費者の方々にホルモンの知識や料理法をもっと知って頂きたいとの思いで、ホームページを立ち上げ、オリジナルレシピや世界のホルモン料理のレシピを公開。ホルモン普及イベント等の企画、新たなホルモン商品の開発、研究を行っている。



講義の内容&レシピの特徴

- ☆特殊な機械が無くてもお店で出来る食肉の簡単お惣菜。
- ☆ちょっとした工夫で付加価値のある商品に変身。
- ☆お客様への食べ方のご提案で、ブロックで販売できる工夫など。

後始末らくちん ローストビーフ

ご家庭のオープンで焼いてもらう前の段階まで仕込み、その状態で販売。仕上げをご家庭で行ってもらい、温かいローストビーフをご提案します。



材料(4人分)

・牛ロース(ブロック)	1.5kg
・玉ねぎ	1/2個
・にんじん	1/2本
・セロリ(葉と細い茎)	1本分
・粗挽き黒こしょう	小さじ1
・クレージーソルト	大さじ2½
・オリーブオイル	大さじ2~3
・醤油	大さじ1
・赤ワイン	大さじ2
・あらぎりワサビ	大さじ1~2
・クレンソ	適量
・食パン	4枚

製造方法

- ① 牛ロース(ブロック)を室温に戻し、オープンで250℃に予熱する。
 - ② クレージーソルトを肉の表面にまんべんなくすり込み、粗挽き黒こしょうをふってオリーブオイルも肉全体に塗っておく。
 - ③ 玉ねぎ・にんじん・セロリはスライスし、セロリの葉は適当な大きさにちぎる。
 - ④ オープンバッグの中に③の野菜の半量を敷いた上に肉をのせ、残りの野菜を肉の上面にのせ、オープンバッグの口を指一本通るぐらい開けて付属のバンドで縛る。
- この状態で販売する / 以下調理法
- ⑤ 天板にアルミホイルを敷いて肉をのせ、オープンに入れて25~35分焼く。
 - ⑥ 焼き上がったら、天板に敷いていたアルミホイルで肉をくるみ、アルミホイルごとバスタオルの上に置き、しっかり包んで15~20分そのままの状態に寝かせる。
 - ⑦ 肉を包んでいたバスタオルとアルミホイルを外し、オープンバッグから肉だけを取り出して、まな板にのせて切り分ける。
 - ⑧ オープンバッグに残っている野菜と肉汁を小鍋に移して火にかける。沸騰したらあくを取って火を弱め、赤ワインと醤油を入れて少し煮つめグレービーソースとする。
 - ⑨ 切り分けた肉に、クレンソなどの野菜とグレービーソース・あらぎりワサビを添える。
- ※牛肉が400gの場合、オープンに入れて10~15分ほど焼くと良い



ポイント&応用

★アルミホイルを敷いてオープンで25~35分焼いた後、ホイルでくるみバスタオルなどでしっかりとるんで20分寝かせる。(予熱の利用)



コロッケの材料で作る コテージパイ

コロッケと同じ材料で見た目も違ったおしゃれな商品に変身させてお客様にも満足していただけます。



材料(4人分)

・牛挽肉または合挽き	300g
・玉ねぎ	1個
・こしょう	少々
・クレージーソルト	小さじ1½
・小麦粉	大さじ2
・トマトケチャップ	大さじ2
・ウスターソース	大さじ1
・水	80cc
・赤ワイン	大さじ1
・醤油	小さじ1
・じゃがいも	中3個
・塩(マッシュポテト用)	小さじ1½
・牛乳	150cc
・バター	20g
・ピザ用チーズ	適宜

製造方法

- ① 皮をむいたじゃがいもを適当な大きさに切って鍋に入れ、ひたひたより少し多めの水とマッシュポテト用の塩を加え火にかけて、じゃがいもが軟らかくなるまで茹でる。
- ② 玉ねぎをみじん切りにしておく。
- ③ フライパンを熱し、牛挽肉を入れて炒める。全体の色が変わったら、玉ねぎを加え透き通るまでよく炒める。
- ④ さらに、こしょう・クレージーソルト・小麦粉を加え炒める。
- ⑤ 次に、トマトケチャップ・ウスターソース・水を加え全体にとろみがついてきたら、赤ワインと醤油を加えて混ぜ、耐熱容器に均一に広げる。
- ⑥ 茹でたじゃがいもが軟らかくなったら、ゆで汁を捨てて、再び鍋に火をかけ、じゃがいもの水分を飛ばす。
- ⑦ マッシャーでつぶし、バターを加えて全体に行き渡るように混ぜてから、牛乳を少しずつ加えて混ぜ合わせ、塩こしょうで味を調えてマッシュポテトにする。
- ⑧ 先ほど炒めた、牛挽肉を入れた耐熱容器の上面全体に、マッシュポテトを塗り広げピザ用チーズを全体に散らす。
- ⑨ 200℃のオープンに入れ、5~10分程、チーズが溶けるぐらいに焼く。冷めている場合は15~20分程焼く。



ポイント&応用

★じゃがいもはマッシャーでしっかりとつぶす。(食べた時、口に残らないように滑らかにしておく)



牛レバーのみそ漬け

レバーなどの部位も一工夫することで食べやすくおいしい商品に変身させます。



材料(4人分)

・牛レバー	300g
・味噌	100g
・酒	大さじ2
・みりん	大さじ2
・ハチミツ	大さじ2
・おろしニンニク	小さじ1/2
・生姜の絞り汁	小さじ1
・玉ねぎスライス	適宜
・にんじんスライス	適宜
・青しそ千切り	適宜

製造方法

- ① 牛レバーを厚さ1cmに切って、氷水に10分浸けて血抜きをし、キッチンペーパーで水気を取っておく。
- ② みそ・酒・みりん・ハチミツ・おろしニンニク・生姜の絞り汁をボールに入れ、合わせ味噌を作る。
- ③ 合わせ味噌の半量を平らな保存容器に塗り広げ、牛レバーを並べ、残りの味噌をレバーの上面に塗り広げる。
- ④ 最低でも半日、出来れば1~2日味噌床に漬ける。
- ⑤ 味噌をきれいに拭き取り、フライパンで焦げないように気をつけながら両面を焼き、付け合わせの野菜とともに盛りつける。

ポイント&応用

★レバーを切った後、氷水に10分浸けてしっかりと血抜きをする。
★クッキングシートをフライパンに敷いて焼いてもよい。(焦げ付き防止と水分が飛んでしまうのを防ぐため)

