



牛肉DEモンブラン

山陽小野田市
長谷川 寿子さん

渋皮煮、栗、南瓜、はなっこりーを色彩豊かに、柔らかい県産和牛で巻きました

材 料

- 肩ロース薄切り・・・200g
- 岸根栗・・・・・・・・・・4個
- 渋皮煮・・・・・・・・・・4個
- はなっこりー・・・1/2束
- 南瓜・・・・・・・・・・1/8個
- もち米・・・・・・・・・・茶碗2杯
- 玉ねぎ・・・・・・・・・・1/2個
- ねぎ・・・・・・・・・・適量
- しょう油・・・・・・・・大さじ2
- 酒・・・・・・・・・・大さじ2
- 砂糖・・・・・・・・・・大さじ1
- ごま油・・・・・・・・小さじ1
- コチュジャン・・・小さじ2
- コショウ・・・・・・・・少々
- 白ごま・・・・・・・・少々

つけ汁
【A】

- ① つけ汁【A】に牛肉の薄切りを漬け込む。
- ② 栗、南瓜は小口切り、はなっこりーは茹でて小口切りにする。
- ③ もち米と②を蒸して混ぜ合わせる。
- ④ 渋皮煮1個を中心にして③で包む。
- ⑤ ④を①の肉で巻く。
- ⑥ ⑤を250℃のオーブンで焼く。
- ⑦ 玉ねぎをみじん切りにして、塩、コショウで炒める。
- ⑧ ⑥を皿に盛り、炒めた玉ねぎとねぎをのせる。