

料理レシピ No.3

仔イノシシのムニエル、リンゴとブルーチーズ、くるみのチーズ焼き 白ワインビネガー風味のソース

〈材料〉6人分

- 仔イノシシロース…160g×3枚
- リンゴ大……………1個
- レモン果汁
- くるみ
- ブルーチーズ
- ピザ用チーズ
- パン粉
- オリーブオイル
- 市販のデミグラスソース
- 白ワインビネガー
- バター
- 季節の野菜(付け合わせ用)



〈作り方〉

- ① リンゴは皮付きで1cm角にカットし、レモン果汁と砂糖で煮込んでおく。
- ② 仔イノシシロース160gの1/2が1人前で、これを塩コショウをふり、ムニエルにする。この時七分程度の火入れでOKです。
※この後、肉に必ず小さ目のかの子の切り目をしっかり入れて下さい。お肉がとてもやわらかく仕上がります。
- ③ リンゴとデミグラスをまぜ、その肉の上のにのせ、つぎにきざんだくるみ、ブルーチーズ(多め)、ピザ用チーズ、オリーブオイルでぬらしたパン粉を順次のせ、オーブントースターでしっかりこげ目をつける。
- ④ ソースはあまりのデミグラスをブイヨンでのばして、塩コショウして白ワインビネガーを少量加え、バターを加え風味をます。
- ⑤ 中央にお肉、まわりに野菜とソースで仕上がりです。

Casual French MOËT

岡山市東区東平島1214-10 ☎086-297-2257