

食材2つだけ!

牛もも塊肉

×

ベビーリーフ



調理時間

15分[※]

ごちそうを楽しみたい日の1品に 牛肉のタリナータ

材料 (4人分)

牛もも塊肉 …………… 250g
ベビーリーフ…………… 適量
にんにく …………… 1片
酒 …………… 大さじ1

塩・こしょう…………… 少々
オリーブオイル…………… 大さじ1
○バルサミコ酢…………… 大さじ2
○しょうゆ…………… 大さじ1
○はちみつ…………… 小さじ2

1 下準備

牛肉は焼く30分前に常温に出し、塩・こしょうをふっておく。にんにくは包丁でつぶす。

2 焼く

フライパンににんにく、オリーブオイルを入れ、弱火にかける。にんにくの香りがしてきたら牛肉を入れて中火にかけ、全面にしっかり焼き色がつくまで焼く。酒を入れて蓋をし、弱火で3分蒸し焼きにする。アルミホイルに包んで常温で10分おく。

3 仕上げ

フライパンに○を入れて煮立て、ソースを作る。牛肉をうすぎりにし、ベビーリーフを盛り付けた皿にのせる。ソースをかける。

※ 置いておく時間を含まない



この店のチラシが見られる!

トクバイ

検索