

仔牛骨付きリブのロースト ベアルネーズソース

1人前



キャッチコピー

仔牛骨付きリブを固まりで
焼き上げるロースト料理

レシピコンセプト・特徴

仔牛 OPリブを固まりのまま焼き上げ、
切り分けて提供する
ローストメニュー。

添えるソースは、タラゴン、セルフィーユの香りが
特徴のベアルネーズソース。

白ワインペネガーとミニョネットを煮詰めた
レデュクションが入るので、
コクと酸味、香りにバランス良いです。
サラッと仕上げ、少量を添えることで、
味の変化を楽しめます。

仔牛 OPリブはクセが無く柔らかい肉質が特徴、
肉たたきでたたくことでかなりの大きくなり、
骨付きなので非常にボリュームあり。
付加価値が上がります。

季節	オールシーズン	提供業態イメージ	レストラン	ジャンル	洋食
----	---------	----------	-------	------	----

レシピカテゴリー	メイン(肉がメインの料理)		調理方法	焼く
----------	---------------	--	------	----

主要栄養素

カロリー	炭水化物	脂質	たんぱく質	ビタミン	ミネラル	食物繊維	塩分	カリウム	ナトリウム
655Kcal	8g	46g	46g	59mg	3.0g	2g	3.8g	989mg	1475mg

トータルコスト【原価】	想定売価(税抜)	想定売価(税込)	原価率	アレルギー						
-------------	----------	----------	-----	-------	--	--	--	--	--	--

	卵	小麦	乳	そば	落花生	えび	かに	胡麻	カシューナッツ	その他	ノン
	○		○							牛肉	

Process	Standby	調理時間	約	30	分
	Cooking	調理時間	約	30	分
	合計	調理時間	約	60	分

【standby】

ガルニチュールを作る

- トマトはモンデシ、種付きのままコンカッセにする。にんにくはアッシュにする。
- 玉葱はエマンセにし、ズッキーニ(芯は取り除く)、パプリカ赤(皮は剥く)、セロリ(皮、筋は取り除く)は5mmのハトネにする。
- 蓋つきの鍋にオリーブオイルを入れ弱火で熱し、玉葱を入れゆっくりとシユエする。
- (3)の蓋をし、200℃のオープンに入れ、時折オープンから出しかき混ぜる。
- (4)にトマトのコンカッセを入れ再び蓋をしオープンに入れ加熱する。煮詰まってきたらトマトペースト、にんにくを加えしっかりと炒める。
- フライパンにオリーブオイルを入れ熱し、ズッキーニ、パプリカ赤、セロリをそれぞれ炒め、余分な油はパッセし取り除き、(5)に加える。
- しんなりするまで煮込み、アセゾネする。

ベアルネーズソースを作る

- タラゴン、セルフィーユはデファイエしてシズレにする。1/3は別にしておく。エシャロットもシズレにする。
- (1)と白ワインペネガー、白ワイン、ミニョネットを入れ弱火で熱し、シロップ状になるまで煮詰める。
- ポウルに(2)と卵黄、水を入れ、65~70℃の湯煎にかけ、泡立てる。もったりしてきたら、45~50℃位のすましバターを少しずつ加え乳化させる。
- (3)をパッセし、仕上げにアセゾネし、残りのタラゴン、セルフィーユを混ぜ合わせる。

【Cooking】

- 仔牛 OPリブは余分なスジや脂を取り除き、食塩、胡椒をふる。室温にしばらく置く。
- 煙が出る位に熱したフライパンに(1)のをせ全面に焼き色を付ける。
- (2)の上に無塩バター(1cm角切り)のをせ、220℃のオープンに入れ、5分毎にアロゼしながら計20分程焼く。
- (3)を網を敷いたハットに取り、アルミホイル等をかけ休ませる。
- 皿にガルニチュールを盛り、カットした(4)のをせ、ベアルネーズソースを流し、イタリアンパセリを飾り完成。

《本レシピにおける特記事項》

仔牛をオープンに入れたら、骨まわりをしっかりとアロゼします。
ベアルネーズソースは熱を通し過ぎたりすると分離したりするので、湯煎から外したり調整しながら混ぜ合わせます。

Cooking Recipe

NO	使用材料	メーカー	仕入れコスト	数量	単位	歩留	g 単価	使用量	単位	備考	原価
1	仔牛 OPリブ	ワールドコマース(株)		1000	g	85%		250.00	g		
2	食塩			1000	g	100%		2.00	g		
3	下味	胡椒		1000	g	100%		0.50	g		
4		無塩バター		450	g	100%		30.00	g		
5	トマト			450	g	90%		30.00	g		
6	にんにく			40	g	95%		2.00	g		
7	オリーブオイル			1000	g	100%		5.00	g		
8	玉葱			1000	g	85%		15.00	g		
9	ズッキーニ			100	g	90%		10.00	g		
10	パプリカ赤			200	g	85%		10.00	g		
11	セロリ			1500	g	60%		5.00	g		
12	トマトペースト			80	g	100%		3.00	g		
13	ハトネ用	オリーブオイル		1000	g	100%		10.00	g		
14	食塩			1000	g	100%		0.80	g		
15	胡椒			1000	g	100%		0.50	g		
16	エシャロット			1000	g	85%		8.00	g		
17	タラゴン			50	g	95%		1.50	g		
18	セルフィーユ			50	g	95%		1.50	g		
19	白ワインペネガー			1000	g	100%		7.00	g		
20	白ワイン			1000	g	100%		7.00	g		
21	ホワイトペッパー			1000	g	100%		0.40	g	ミニョネット	
22	卵黄			500	g	90%		6.00	g		
23	食塩			1000	g	100%		0.60	g		
24	胡椒			1000	g	100%		0.10	g		
25	水			0	g	100%		4.00	g		
26	すましバター			1000	g	100%		18.00	g		
27	イタリアンパセリ			50	g	95%		2.00	g		

1. メニュー開発サービス	トータルコスト【原価】	
	(1人前)トータルコスト【原価】	