

ローストビーフサンド

1人前

キャッチコピー

ナックルを使用したローストビーフサンド

レシピコンセプト・特徴

ランチタイムにカフェメニューとして提供する、
ナックルを使用したローストビーフサンド



季節	オールシーズン	提供業態イメージ	カフェテリア	ジャンル	洋食
レシピカテゴリー	主食(パン類)		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
592Kcal	47g	27g	37g	319mg	4.5g
食物繊維	塩分	カリウム	ナトリウム		
6g	3g	708mg	1054mg		
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
					牛肉
Process			Standby	調理時間	約 60 分
			Cooking	調理時間	約 10 分
			合計	調理時間	約 70 分

【Standby】

- ナックルはタコ糸で縛り、岩塩、ブラックペッパーをよく擦り込む。
- フライパンを強火で熱し、サラダ油を入れ馴染んだら、(1)の表面に焼き色を付ける。
- 天板に香味野菜を敷き、その上に(2)のをせ、上部を牛脂で覆い、220℃に予熱したオーブンで約30～40分焼く。
- 焼き上がったら、アルミホイルで包み、余熱で蒸し、そのまま冷まし冷蔵庫で保存する。
- 玉葱はスライスし、水にさらす。
- サニーレタスは適当な大きさにちぎる。

【Cooking】

- 食パンをトーストし、バター、粒マスタードを塗る。
- (1)にサニーレタス、スライスしたローストビーフ(ナックル)、玉葱のをせ、もう1枚で挟み、カットする。
- 皿に(2)と、付け合せのルッコラ、ミニトマトを盛り、オリーブオイルを回しかけ完成。

《本レシピにおける特記事項》

牛脂、香味野菜は肉の焦げと乾燥を防ぎ、ジューシーに仕上がります。

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	ナックル	ワールドコマース(株)		1000	g	90%		120.00	g		
2	下味用	岩塩		1000	g	100%		1.00	g		
3		ブラックペッパー		1000	g	100%		0.01	g		
4	サラダ油			16500	g	100%		6.00	g		
5	バター			1000	g	100%		10.00	g		
6	粒マスタード			500	g	100%		5.00	g		
7	サニーレタス			280	g	90%		15.00	g		
8	玉葱			1000	g	85%		20.00	g		
9	食パン			340	g	100%		90.00	g	8枚切り2枚	
10	付け合せ	ルッコラ		280	g	90%		10.00	g		
11		オリーブオイル		1000	g	100%		3.00	g		
12		ミニトマト		250	g	100%		20.00	g		
13	牛脂、香味野菜等							適量			
14											
15											

1. 標準

トータルコスト【原価】
(1人前)トータルコスト【原価】