赤ワインとたまり醤油ソースのローストビーフ

1人前

キャッチコピー

ソースにこだわったトライチップのローストビーフ

レシピコンセプト・特徴

トライチップを使用したローストビーフ、
焼き汁に合わせた赤ワインとたまり醤油のソースを
添えた、和風ローストビーフメニュー

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
459Kcal	15g	28g	30g	136mg	2.4g	2g	4g	707mg	1349mg

トータルコスト【原価】	想定売価（税抜）	想定売価（税込）	原価率
[redacted]			

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・大豆	

Process

Standby	調理時間	約	65	分
Cooking	調理時間	約	5	分
合計	調理時間	約	70	分

【Standby】

(1) トライチップは岩塩、ブラックペッパーをよく擦り込む。

(2) 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。

(3) フライパンに蓋をし、弱火で約7～8分蒸し焼きにする。

(4) 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。

(5) 玉葱はすりおろす。

(6) (3)のフライパン（肉汁が残っている）に赤ワインを入れ熱し、アルコールを飛ばしたらたまり醤油、はちみつ、白ワインビネガー、(5)を入れ、5分程中弱火で煮詰める。

【Cooking】

(1) ローストビーフ（トライチップ）を薄切りにし、ベビーリーフを添える。ソースを回しかけ、くし切りにしたレモンを添え完成。

≪本レシピにおける特記事項≫

ソースにはお好みでにんにくを加えるのもお勧めです。
たまり醤油は上質のものをご使用下さい。ソースは和風バルサミコ酢のような風味、トライチップは適度なサシが入っているので、その旨みと肉の甘みを際立てます。

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	トライチップ		ワールドコマース㈱		1000	g	100%		150.00	g		
2	下味用	岩塩			1000	g	100%		1.30	g		
3		ブラックペッパー			1000	g	100%		0.02	g		
4	サラダ油				16500	g	100%		6.00	g		
5	ソース	赤ワイン			1000	g	100%		25.00	g		
6		たまり醤油			1000	g	100%		15.00	g		
7		はちみつ			2500	g	100%		10.00	g		
8		白ワインビネガー			1000	g	100%		7.50	g		
9		玉葱			1000	g	85%		10.00	g		
10	付け合せ	ベビーリーフ			50	g	90%		15.00	g		
11		レモン			1000	g	90%		15.00	g		
12												
13												
14												
15												

1. 標準	トータルコスト【原価】	[redacted]
	（1人前）トータルコスト【原価】	