

## カスレ

合計加熱調理時間 約 **55**分

[1人分：520kcal/ 食塩相当量：1.9g]

豚肉と白いんげん豆を煮込んだフランス伝統料理。  
パン粉のサクサク食感がアクセントに。



## 材料（8人分）

## &lt;材料a&gt;

豚肩ロース肉：塊	800g
塩	小さじ1
ウインナー（半分に切る）	8本
タマネギ（薄切り）	200g
セロリ（薄切り）	100g
ニンニク（みじん切り）	2かけ
オリーブオイル	大さじ2

## &lt;材料b&gt;

白いんげん豆：水煮（水気を切る）	800g
カットトマト缶	600g
白ワイン	100cc
ローリエ	3枚
塩	小さじ1
砂糖	小さじ1
パン粉	大さじ4
オリーブオイル	大さじ2
パセリ（みじん切り）	適量

※掲載レシピはクックエブリオ専用のものとなります。

## 分量

8人分  
（容量1.5リットルのグラタン皿 1個分）

## 設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度	風量
1	コンビ	100%	10分	200℃	—
2	コンビ	100%	40分	160℃	—
3	コンビ	100%	5分	230℃	—

## 下ごしらえ

・豚肩ロース肉は2cm角に切り、塩をもみこむ。

## 作り方

1. 65mmのホテルパン1枚に<材料a>を入れて【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 1に<材料b>を加え、フタをして【設定2】で予熱後、加熱する。
3. グラタン皿に2を入れ、パン粉をのせる。オリーブオイルを回しかけ、20mmのホテルパン1枚にのせて【設定3】で予熱後、加熱する。
4. パセリを振る。



## 調理ポイント

- ◆白いんげん豆：水煮は水気を切った状態で計量する。
- ◆白いんげん豆：水煮は大豆：水煮で代用してもよい。