

豚肉のリエット

合計加熱調理時間 約 55 分

[1人分：177kcal/食塩相当量：1g]

フランスの家庭の味をスチコンで。旨みの詰まったパテをこんがり焼いたガーリックトーストとともに。



材料（18人分）

<材料a>

ニンニク（粗みじん切り）	4かけ
タマネギ（粗みじん切り）	2個
オリーブオイル	大さじ2

豚バラ肉：塊	1000g
キウイ（薄切り）	2個

<材料b>

ローリエ	2枚
タイム：粉	小さじ2
岩塩	大さじ1
シェリー酒	500cc
粗びき黒こしょう	小さじ1

※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

18人分
 （幅26cm×奥行9cm×高さ7cmのテリーヌ型 1個分）

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	100%	5分	180℃
2	コンビ	100%	50分	160℃

下ごしらえ

- 豚バラ肉はフォークで筋を何カ所も刺して筋を切り、一口大に切る。キウイをつけて、冷蔵庫で1日置く。

作り方

- 65mmのホテルパン1枚に<材料a>をよく混ぜ合わせて入れ、キウイを取り除いた豚バラ肉をのせ、【設定1】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、1のホテルパンを取り出して<材料b>を加え、【設定2】で予熱後、加熱する。
- 加熱完了後、2のホテルパンを取り出して網ごしをし、肉と肉汁に分ける。肉汁は粗熱を取り、肉汁と脂に分ける。（上部に脂の層ができる）
- 3の豚肉、ニンニク、タマネギ100gをフードプロセッサーでペースト状にする。
- 3の肉汁50ccと4をよく混ぜ合わせて、テリーヌ型に入れる。3の肉汁の脂150cc分を注ぎ、ラップをかけて冷蔵庫で冷やし固める。



調理ポイント

- ◆豚肉の塊をフォークで何カ所も刺すことで、筋が切れる。さらにキウイの酵素の働きによって肉質が柔らかくなる。
- ◆作り方4で加熱したタマネギを全量ペースト状にしまうと、仕上がりが軟らかくなりすぎて、甘くなってしまう。
- ◆表面を脂がしっかり覆っていて空気を遮断するので、日持ちがよい。