

ハヤシライス

合計加熱調理時間 約 35 分

[1人分：884kcal/ 食塩相当量：2.4 g]

しっかりと赤ワインの風味の効いたデミグラスソース、柔らかな牛肉、甘くてサクサクしたタマネギが絶妙です。



材料（8人分）

牛肉：すき焼き用薄切り（一口大に切る）	900g
タマネギ（幅1.5cmの輪切り）	700g
塩	小さじ1
砂糖	大さじ1
バター（常温に戻してポマード状にする）	70g
<材料a>	
デミグラスソース	400g
トマトピューレ	200g
ウスターソース	50cc
赤ワイン	200cc
コンソメスープ	500cc

※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

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	コンビ	100%	10分	220℃
2	コンビ	100%	15分	200℃
3	コンビ	100%	10分	160℃

下ごしらえ

- ・牛肉は塩（分量外）、こしょう（分量外）で下味をつけ、薄力粉（分量外）をまぶす。
- ・赤ワインは小鍋で5分程煮立てて、アルコール分を飛ばす。
- ・<材料a>は混ぜ合わせる。

作り方

1. 20mmのホテルパン1枚にオープンシートを敷き、牛肉を並べて【設定1】で予熱後、加熱する。
2. 加熱完了後、1のホテルパンを取り出す。
3. 65mmのホテルパン1枚にタマネギを入れ、塩、砂糖を加えて少し置き、バターを加えて【設定2】で予熱後、加熱する。
4. 加熱完了後、3のホテルパンを取り出し、<材料a>を入れて混ぜ合わせ、【設定3】で予熱後、加熱する。
5. 加熱完了後、4のホテルパンを取り出し、2の牛肉を入れて混ぜ合わせる。



調理ポイント

- ◆赤ワインはしっかりと煮詰めること。
- ◆牛肉、タマネギは加熱し過ぎないこと。