

ソーセージ（プレーン、レモン&パセリ）

合計加熱調理時間 約 50分

[1人分：250kcal／食塩相当量：1.4g]

皮はブリッ、中からはジューシーな肉汁！スパイスをアレンジすればオリジナルメニューに。



材料（10人分 [1人分2本（各味1本）]）

<材料a>

豚ひき肉	1000g
タマネギ（すりおろす）	60g
ニンニク（すりおろす）	7g
塩	13g
粗びき黒こしょう	3g
セージ：粉末	2g
牛乳	150cc
レモンの皮（みじん切り）	1/2個分
パセリ（みじん切り）	10g
羊腸（15分程水に浸けて塩抜き）	2本
プチトマト	30個
マスタード	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

10人分 [1人分2本（各味1本）]

設定

設定	モード	水蒸気量	時間	温度
1	ホットエアー	-	20分	50℃
2	スチーム	-	30分	70℃

作り方

1. ボールに<材料a>を入れて牛乳を少しずつ加え、温度が上がらないように混ぜ、肉がペースト状になって白みが出るまでよく混ぜる。
2. 1を2等分し、半量にレモンの皮、パセリを加えて混ぜる。
3. ソーセージ用の絞り袋の口金に羊腸をじゃばら状に被せ、絞り袋に2のたねを入れ、それぞれ絞り出して腸の両端を玉結びで留める。
4. 3の中央を2～3回ねじって半分に折り曲げ、中央からお好みの長さのところを1本ずつ2～3回ねじる。2本のねじったところを重ね、重ねてできた輪の中を1本だけくぐらせる。これを繰り返してすべて編む。
5. 20mmのホテルパン2枚に4をのせ、【設定1】で予熱後、加熱する。
6. 加熱完了後、5のホテルパンを取り出し、【設定2】で予熱後、加熱する。
7. 加熱完了後、6のホテルパンを取り出し、キッチンばさみで切り離してプラスチックで冷やす。
8. 7をフライパンでこんがり焼き、器に盛ってプチトマト、マスタードを添える。

- 調理ポイント**
- ◆お好みで加えるスパイスをナツメグ、クミン、コリアンダー、シナモンなどに変えてもよい。
 - ◆作り方4でソーセージをねじるだけでは元に戻ってしまうので、必ず編むようにすること。