



NEW
クランベリーデミグラスソース添え煮込みとマッシュスイートポテト

クリーミーなマッシュスイートポテトに、チッポリーニ、柔らかいショートリップ、クランベリー赤ワインデミグラスソースをトッピングします。

材料

ショートリップの煮込み:

- 骨付きショートリップ（骨付きカルビ） 1.8kg
- 味付け用の塩コショウ
- オリーブオイル 30ml
- 玉ねぎ1個（小さい角切り）
- ニンジン2本（小さい角切り）
- セロリ(茎の部分) 2本（小さい角切り）
- ニンニク4片（みじん切り）
- ビーフブロス 480ml
- 辛口の赤ワイン（カベルネソーヴィニヨンなど） 240ml
- トマトペースト 30g
- フレッシュタイム 2枝
- フレッシュローズマリー 2枝
- ベイリーフ 2枚
- 皮をむいたチッポリーニ玉ねぎ 450g

クランベリー赤ワインデミグラスソース:

- 赤ワイン 240ml
- ビーフデミグラスソース 950ml
- クランベリー 150g
- バター 30g
- 味付け用の塩コショウ

1. ショートリップの下準備:

- オープンを175°Cに予熱します。

- ショートリップに塩コショウをたっぷり振り下味をつけます。

- 大きなダッチオーブンを中火にかけ、オリーブオイルを熱します。ショートリップを、片面につき約3~4分強火で焼き、両面に焼き色をつけます。ダッチオーブンから取り出し、脇に置いておきます。

2. 野菜のソテー:

- 同じダッチオーブんに玉ねぎ、にんじん、セロリを入れます。やわらかくなるまで5分~7分ソテーします。

- ニンニクを入れてさらに1分間加熱します。

3. デグレーズし煮込む:

- 赤ワインを注ぎ、鍋底についたうま味をこそげ落とします。2分~3分ほど煮込みます。

- ビーフブロス、トマトペースト、タイム、ローズマリー、ベイリーフを加えます。ひと煮立ちさせます。

- ショートリップを鍋に戻し、煮汁に浸っていることを確認します。鍋に蓋をして、予熱したオーブンに移します。

4. リブの調理:

- オープンで2時間半~3時間、または肉が柔らかくなり骨からほろほろと落ちるようになるまで煮込みます。残り時間が30分になったところで玉ねぎを煮汁に加えます。

- オープンから取り出し、煮汁につけたままにしておきます。

出来上がり分量

4ポンド