

夏祭大根のステーキ

<< 大根の葉っぱごとダイナミックに味わう！ >>



----- 材料（4人分） -----

大根ステーキ

夏祭大根	5cm
厚めに切ったニンニク	2枚
チキンブイヨン	400ml
オリーブオイル	大さじ 1/2
タイム	1枝

A

醤油	大さじ 1
バルサミコ酢	大さじ 1
ハチミツ	大さじ 1
塩	少々
ホワイトペッパー	適量

大根の葉ソース

大根の内葉	10枚
-------	-----

B

大根を茹でたブイヨン	大さじ 3
オリーブオイル	小さじ 1
塩	
ホワイトペッパー	

----- 作り方 -----

- ① 大根は、半分に切って皮をむき、鍋に入れる。チキンブイオンを注ぎ、竹串がスッと通るまで約 10 分間加熱して取り出し、水分を拭う。
- ② ①の鍋で大根の葉をさっと茹で、2～3cm 長さに切る。Bと共にミキサーにかけ、塩・ホワイトペッパーで味をととのえる。
- ③ フライパンにオリーブオイル、ニンニクを入れて弱火にかけ、ニンニクが色付いてきたら取り出す。強火にし、①の両面を焼いて取り出す。
- ④ フライパンを火から外し、Aを合わせておいたものを入れ、大根を戻して絡める。
- ⑤ 器に②を敷き、④の大根をソースと共に盛り付ける。タイムを散らす。

※POINT

大根を茹でたブイオンは美味しいスープとして召し上がれます。