

辻調の楽しい食卓～牛肉の赤ワイン煮

牛肉の赤ワイン煮

<材料>4人分

牛肩ロース肉 (ブロック)
800g
 玉ねぎ200g
 にんじん100g
 セロリ100g
 皮付きにんにく2片
 ブーケ・ガルニ1束
 小麦粉20g
 トマト1.5個
 トマトペースト25g
 赤ワイン1リットル
 フォン・ド・ヴォ(缶詰)500ml

*つけ合わせ

<ベーコンのソテ>
 ベーコン (ブロック)120g
 サラダ油

<小玉ねぎの茶色いグラッセ>
 小玉ねぎ8個
 バター20g
 水・砂糖小さじ1

<マッシュルームのバターソテ>
 マッシュルーム75g
 バター適量

タリアテッレ(乾燥)100g
 (または手打ちパスタ 120g)
 パセリのみじん切り適量
 サラダ油適量
 バター適量
 塩・こしょう適量



作り方

*下準備

1. 牛肩ロースは8個に切り分け、十字に糸をかけて縛る。



2. 玉ねぎ、にんじん、セロリは1cmくらいの角切りにする。にんにくは皮付きのままたたいてつぶす。
3. トマトは皮付きのまま粗く刻む。

*肉を煮込む

1. フライパンにサラダ油適量を熱し、塩、こしょうした牛肉を入れて、表面にしっかり焼き色をつける。
2. 肉を取り出して油を切る。



3. 鍋にバター適量を熱し、玉ねぎ、にんじん、セロリ、にんにくを入れて炒める。
*あとでオーブンで煮込むのでオーブンで使える鍋を使う



4. 野菜が軽く色づいたら小麦粉を振り入れて炒める。

5. トマト、トマトペーストを加えて混ぜ、②の肉を加える。赤ワイン750ml、フォン・ド・ヴォを加え、沸騰したら火を弱めてアクを取る。
6. ブーケ・ガルニを加え、塩、こしょうで下味をつける。蓋をして200℃のオーブンで約1時間30分煮込む。



7. 赤ワイン250mlをつやが出て鍋底に膜が張ったような状態になるまで焦がさないように煮詰める。*仕上げのソースの色とつやの補いに用いる。なくてもよい。



*つけ合わせ (小玉ねぎのグラッセ) を作る

1. 小玉ねぎの根元に包丁の先を突き刺して十字に切り込みを入れる。
2. 鍋に小玉ねぎ、バター、砂糖を入れ、塩、こしょうする。小玉ねぎが浸かる程度の水を入れる。



3. 紙蓋をして火にかけ、沸騰したら液体の表面が軽く動くくらいの火加減にする。

*煮込みを仕上げる

1. 肉に竹串を刺し、スッと入るようになれば、肉を取り出して糸をはずす。



2. 煮汁は野菜を押さえながらシノワで漉し、煮詰めた赤ワインを加えて色を補い、脂が浮いてきたら取り除く。
3. 肉を煮汁に戻し、ごく弱火で30分ほど煮て味をなじませる。煮汁の味を調べ、ソースに仕上げる。

*つけ合わせを仕上げる

1. 小玉ねぎに火が通り、煮汁に濃度がついたら、鍋をゆすって煮汁をからめる。



小玉ねぎに火が通っても煮汁が煮詰まっていない場合は、いったん小玉ねぎを取り出し、煮汁を煮詰めてから小玉ねぎを戻し、煮汁をからめる。さらに煮汁を色づけながらからめる。

2. ベーコンは5mm角、3~4cm長さの棒状に切り、バターでソテーをする。
3. マッシュルームは4つ割りにし、バターでソテーし、塩、こしょうする。



4. タリアテッレは塩ゆでし、バター30gであえ、塩、こしょうする。

*盛り付け

皿につけ合わせのタリアテッレを盛り、手前に肉を置く。

小玉ねぎ、ベーコン、マッシュルームをのせ、ソースをかける。パセリのみじん切りを散らす。