

夏休みの思い出に本格ローストビーフづくりを！ 夏休み企画『親子でローストビーフをつくろう』 プロが伝授するお肉選びやお肉を柔らかくするコツもご紹介

牛肉などの食肉卸、食肉の加工・販売、通販事業を展開する大和食品株式会社（本社：大阪府堺市、代表取締役：西井克好）は、夏休みに親子で楽しい思い出をつくってほしいという思いから「親子でローストビーフをつくろう」という企画を考案し、ご家庭でも本格的なローストビーフを簡単に作れる、こだわりのレシピをお教えいたします。お肉の卸や加工をしている当社ならではの、プロの目線でのコツも伝授いたします。

★プロの目ポイント「お肉選びのコツ」

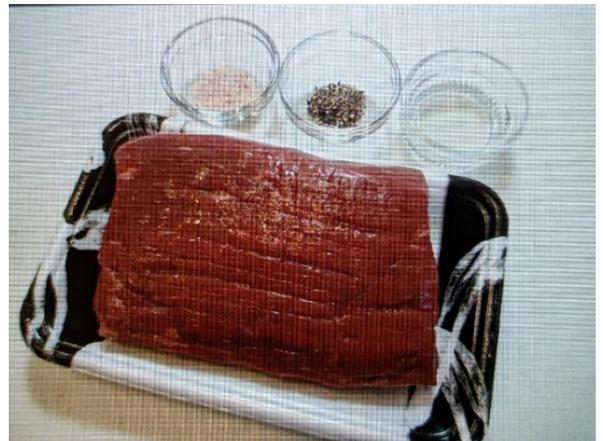
国産、輸入問わず、お肉の赤色が薄く、しまりがある（赤身と脂肪がしっかりと詰まったようになっている状態のもの）ようなお肉を選びます。サシ（脂肪交雑）の有無については、お好みで選んでください。また、加工日（お肉をカットした日）は義務表示がないので商品ラベルには記載はありませんが、消費期限は義務表示のため、購入日当日の消費期限は避けてください。また、ドロップ（肉汁）が出ていないものを選びましょう。理由としては、うま味が出てしまっていることと、時間がかなり経過していることを表しているからです。お肉選びに難しさを感じた際は、奥の手ですが店員さんに選んでもらうのも一つの方法です。

★お肉を柔らかくするコツ

材料には記載していませんが、赤ワイン、しょうゆ、玉ねぎ（薄切り）を準備し、調理する前日にお肉と一緒に漬け込むと、お肉を柔らかくすることができます。手間はかかりますが、より本格的なローストビーフになります。夏休みという時間に余裕がある時だからこそ、この機会にチャレンジしてみたいかがでしょうか。

■ローストビーフの材料（4～5人分）

- ・ 牛モモ肉（かたまり） 500g
 - * ポイント1：火入れをする際に、偏りがなく加熱をするために、厚みが均等なものを選んでください。
- ・ 塩、こしょう 各適量
- ・ サラダ油（または牛脂）適量
- ・ 密封袋
- ・ ビニール手袋
 - * ポイント2：塩、こしょうをもみ込む際に使用します。衛生管理の観点から交差汚染を防止するためです。



■ローストビーフの作り方

1. お肉は冷蔵庫から出して30分以上おき、室温に戻してください。（室温により、20分前後）
2. ビニール手袋を着用し、お肉の表面全体に塩、こしょうをしっかりと手でもみ込んでください。フライパンを十分に熱して油をひき、

肉を入れて強火で全ての面に焼き色をつけたら、フライパンから取り出してください。

(フライパンは洗浄せず、あとでソースを作りますので、そのままにしてください。)

3. 2のお肉をラップで2重にぴったりと、空気が入らないようにくるんでから密封袋に入れて、できるだけ空気を抜いて口を閉めてください。



全ての面に焼き色をつけてください



空気が入らないようにラップをしてください

4. 大きめの鍋に布巾を入れて（密封袋が鍋底につき、溶けないようにするため）、3 がしっかりかぶるくらいの湯を沸騰させて、3 を入れてください。肉の上に鍋ぶたをのせて、湯がボコボコ沸騰している火加減で茹でてください。3 分経ったら火を止めて、湯につけたまま 15 分ほどおいてください。湯から出してから、さらにそのまま 20 分ほどおいてください。



布を入れて、鍋ぶたをしてください



湯から出して、20 分ほどおいてください

5. お肉をおいている間に、ソースを作ります

■ソースの材料

- ・ ブルーベリージャム 大さじ 2
- ・ 酒、しょうゆ、 大さじ 1
- ・ オリーブ油 大さじ 1

■ソースの作り方

1. ローストビーフに焼き色をつけた際に使用したフライパンに、材料を全て入れてよく混ぜ、火にかけてください。
2. ぐつぐつ湧いたら中火にして、ときどき混ぜながら、少しとろみがつく程度に数分煮詰めて完成です。

※ソースのバリエーションを増やし、ローストビーフを楽しく召し上がってください

- ・ アレンジ①酒 50g、みりん 100g、しょうゆ 50g、砂糖少々を準備し、煮詰めれば、和風の照り焼きソースが出来上がります。
 - ・ アレンジ②お肉を漬け込む際に使用した、赤ワイン、しょうゆ、玉ねぎをそのまま煮詰めて、シャリアピンソースとしても洋風でおいしく召し上がれます。※ワインは煮詰めることでアルコールを飛ばせます。
6. お肉が冷めたら袋から取り出して、包丁で 2mm 前後にカットして、お好みで付け合わせの野菜等と一緒に 5 のソースを添えて、完成です。

★プロの目ポイント「安全にお肉を切るコツ」

包丁の持ち手ではない、お肉を添える手については“猫の手”にすれば、安全にカットすることができます。怪我をすることがないように、最後まで気を抜かないようにしましょう。



盛付け例

お肉は繊維を断つように切ることで、柔らかな食感を味わえるようになります。カットする前に繊維の流れをチェックするようにしましょう。

また、カットした瞬間から鮮度は落ちるので、食べる直前にカットすることでお肉の変色を防げます。

非常に暑い日が続き体力の消耗も激しい今年の夏、“暑い”という思い出に負けないくらいに、おいしい思い出をつくってみませんか。

■作るのが面倒な時は、プロが作った本格的なローストビーフ！便利な「切れてる！ローストビーフ」

スライス済みの為、開封から盛り付けまでわずか数秒で提供が可能です。簡単なのに本格派、赤身を楽しむローストビーフです。着色料・発色剤不使用。オリジナルの特製スパイスを利かせ、「真空低温調理法」で絶妙な火入れ加減に仕上げています。こだわりのローストビーフを最新の特殊技術でスライスしてから真空パック。「1 パックからこんなに沢山のローストビーフが！」と好評です。小分けで使いやすく、お手軽に「絶品ローストビーフ丼」などご馳走メニューがつけれます。モンドセレクション金賞受賞。海外の審査員より「スライスの断面がほんのピンク色をしており、粗びき胡椒の香りが食欲をそそります。醤油と玉ねぎの香り引き立つ特製ソースとの相性も抜群です。」と称賛頂きました。



【商品概要】

商品名：切れてる！ローストビーフ 140g（肉 120g・ソース 20g）×2 個

単価（税込）：2480 円（送料別※）※ヤマト運輸（クール宅急便）でのお届けとなります。

発売年月日：2020 年～

WEB サイト：<https://www.rakuten.co.jp/rikyunosato/>

【大和食品株式会社について】

牛肉などの食肉卸、食肉の加工・販売、通販事業を展開。「原料の買付～製造・加工～販売」までの一貫した流れを全て自社で行っています。全国のスーパー・量販店・外食産業向けの間屋筋を中心に 300 社と取引。食肉加工事業では、2021 年より 3 年連続でモンドセレクション最高金賞・金賞を受賞したローストビーフを中心に、ローストポーク等を販売強化しています。「おいしい・たのしい・おもしろい」をモットーとし、「とにかくおいしい！」商品をつくり続けます。

【企業概要】

社名：	大和食品株式会社
本社所在地：	大阪府堺市中区毛穴町 126 番地 1
代表取締役社長：	西井 克好
設立：	1964 年 10 月 27 日
資本金：	88,000,000 円
社員数：	150 名（2023 年 4 月現在）
事業内容：	加工食品の製造・販売、畜産原料（輸入・国産）の卸売、通販事業
会社 HP：	http://www.daiwashokuhin.co.jp/