

Miele

Miele

Miele

ミーレ・ジャパン株式会社
〒153-0063
東京都目黒区目黒1-24-12
オリックス目黒ビル4F
Tel. 03-5740-0030
www.miele.co.jp

ミーレ・コンタクトセンター
(お客様コールセンター)
●固定電話のお客様
Tel. 0120-310-647 (フリーダイヤル)
●携帯電話のお客様
Tel. 0570-096-300 (ナビダイヤル)
受付時間: 月～金 9:00～17:30
(土日祝日を除く)
Eメール: info@miele.co.jp

低温調理

レシピブック

1. Auflage
19-1690 (12/19)
M-Nr. 11158050

グルメビルトインウォーマー

低温調理

レシピブック

まえがき

料理愛好家の皆さま、
友人や家族が集まる機会の一番多い場所は食卓です。とりわけ、大切な人たちとともにおいしい料理をいただくのは、いつも楽しいものです。

私たちは、世界中の人々と料理に対する情熱を共有し、そのような楽しいひと時に貢献できることをうれしく思っています。ミーレのテストキッチンには毎日、知識、好奇心、ルーチン作業そしてサプライズが溢れています。

このレシピブックには、皆さまがMiele機器で最高の料理を作るお手伝いができるよう、私たちの料理への情熱と経験が込められています。

さらに多くのレシピ、インスピレーション、そして料理に関するエキサイティングなトピックがMiele@mobileアプリ内でご覧いただけます。

ご質問、ご提案やご要望がございましたら、ぜひご連絡ください。

皆様からのお声を楽しみにしております。連絡先は、本の最後に記載されています。

皆様が、私たちのレシピと完成した料理を楽しまれることを願っております。

敬具 ミーレ・テストキッチンチーム

目次

| | | |
|----------------|--------------------------|-----------|
| まえがき | | |
| 目次 | | |
| この本について | | |
| 低温調理 | | |
| アドバイス | | |
| 量と重量 | | |
| 料理用語ガイド | | |
| ミーレアクセサリー | | |
| ミーレのお手入れ用品 | | |
| 調理時間早見表 | | |
| レシピ索引 | | |
| 3 | 仔牛肉・牛肉 | 17 |
| 5 | 仔牛ヒレ肉のマリネ フェネル添え | 18 |
| 6 | 仔牛メダリオンのサボイキャベツ巻き | 20 |
| 7 | 仔牛ステーキのブランデーソースがけ | 22 |
| 8 | 仔牛シルバーサイドのツナソースがけ | 24 |
| 10 | 牛ヒレ肉メダリオンのヒラタケ添え | 26 |
| 11 | サーロインの玉ねぎ添え | 28 |
| 12 | ランプステーキのブルーチーズソースがけ | 30 |
| 13 | | |
| | 豚肉 | 33 |
| 14 | アジア風豚ヒレ肉 | 34 |
| | 豚ヒレ肉カルバドスソースがけ | 36 |
| 68 | 豚肉メダリオンのチリソース、ピーナッツソース添え | 38 |
| | 豚肉ルラードのピーマン添え | 40 |
| | | |
| | ラム肉 | 43 |
| | ラムラックのトマトとズッキーニ添え | 44 |
| | ラムラックのハーブソース風味 | 46 |
| | ラムサドルのトマトと白いんげん豆添え | 48 |
| | | |
| | ジビエ | 51 |
| | 鹿肉メダリオンのアンズタケ添え | 52 |
| | 鹿肉サドルのアップルソースがけ | 54 |
| | | |
| | 魚 | 57 |
| | 鯛のトマトとズッキーニ添え | 58 |
| | マスのナッツバター風味 | 60 |
| | タラのサルティンポッカ 白ワインフォーム添え | 62 |
| | アジア風サーモンフィレ | 64 |
| | スズキのカリカリペーコン添え | 66 |

この本について

最高の仕上がりのために、次の点にご注意ください。

- 材料の後ろにカッコ()が付いている場合は、カッコ内がその材料の説明となっています。ほとんどの場合、材料はレシピに記載された状態でお買い求めいただけます。例えば、小麦粉(ベーキングパウダーなし)、卵(中)、牛乳(全乳、乳脂肪分3.5%)のようになります。
- 材料の後ろに縦線(|)がある場合、縦線の後が材料の取り扱い(通常は調理中)に関する説明となっています。このステップは、それ以降の手順には示されません。例えば、熟成チーズ | すりおろしたもの、玉ねぎ | みじん切り、牛乳(全乳、乳脂肪分3.5%) | ぬるめ、といった記載になります。
- お肉に関しては、他に記載がない限り重量は処理済みのものが基準となります。
- 果物および野菜の重量は、皮をむかない状態が基準となります。
- 果物および野菜はすべて、特に記載がない場合でもすすぐか洗うかし、切る前に必要に応じて皮をむいてください。
- 本書は、ミーレドイツ本社にて制作されたレシピブックを、オリジナルに忠実に日本語訳したものです。各レシピはヨーロッパの家庭での調理を想定して開発されていますので、日本で同じ食材を調達するのが困難な場合や、日本とは調理方法・時間が異なる場合があることをご了承ください。

低温調理

料理に対する優しいアプローチ

低温調理は、高級食材を柔らかく、風味深く、みずみずしい状態に保つために使用されるプロの調理方法です。このように調理することで、食材の天然の風味および栄養素のほとんどを維持することができます。最近まで、低温調理は主に高級レストランの厨房で使用されていました。しかし、最近は家庭のキッチンにも広がりつつあります。

低温調理は、実は調理における伝統的なアプローチです。例えば、お肉をまず火にかざすことで中身を封じ込め、温かい窯の中で仕上げるという方法がとられてきました。この調理方法は数時間を要しましたが、完成した料理のおいしさを考えれば、それだけ待つ価値がありました。

ミーレのウォーミングドロワーは、同じ原理に基づいています。

料理に対する気軽なアプローチ

低温調理法は、調理プロセスを常に監視する必要がないこともメリットです。低温調理中は、他のメニューに取り掛かることも、来客との時間を楽しむこともできます。

アドバイス

「リバース調理法」

ミーレは「リバース調理法」として知られる手法を推奨しています。この調理法では、ウォーミングドロワーでの調理を先に行い、焼き色をつけるのはその後となります。これにより、お肉の表面やお魚の皮をカリッと仕上げることができます。また、お料理が早く冷めてしまうのも防ぐため、熱い状態で提供できます。

予熱プロセス

最高の仕上がりのために、お皿や大皿(耐熱性のもの)を指定の設定で15分間予熱することを推奨します。オープン皿も使用できますが、できるだけ浅いものをお選びください。ガラス、磁器、せつ器製のお皿も使用に適しています。ただし、これらの材料の熱特性は異なり、その結果、調理時間にも影響することを覚えておいてください。

適切なお皿と必要予熱時間については、レシピと調理時間早見表をご参照ください。

中心温度とフードプローブ

お肉やお魚の中心温度は、調理具合を確認するのに役立ちます。中心温度に基づく正確な調理には、市販のフードプローブ(料理用温度計)をご利用いただけます。

フードプローブは、金属製ロッドの先端がお肉の中心に来るようにして使用してください。誤った測定値が示されるおそれがあるため、骨や脂肪の層と接触しないように注意してください。

お肉は後で表面を焼くので、その前段階で中まで完全に焼いてしまわないようにしてください。レシピや調理時間早見表に示された温度よりも10°C低い温度を目安としてください。より大きなお肉の場合は、温度差を少な目してください。

中心温度とその調理の目安

お肉の場合:

レア 45-50°C

ミディアム 55-60°C

ウェルダン 65-70°C

お魚の場合:

軽めに調理 52-60°C

ウェルダン 65-70°C

お肉の品質

お肉を買う際には品質のよいものを選ぶようにしてください。心地よくしっかりとした感触のあるものが良質なお肉の証です。これは、牛肉、豚肉、羊肉、ジビエなど、あらゆる肉に当てはまります。

低温調理を行う場合には、必ず鮮肉を使用し、冷凍・解凍されたお肉は避けてください。これは、低温調理中も冷凍中もお肉の熟成が進行するからです。熟成が進行しすぎていると、お肉は低速ロースト中に熟成過剰になり、へなへなになってしまいます。

お肉を買ったら、パックから取り出して清潔な容器に入れ、使用するまで冷蔵庫の冷えすぎない場所に保存してください。最長で保存できる期間はお肉の塊の大きさによります。サイズが大きいほど、より長期間保存できます。ただし、お肉を最も美味しい状態で食べられるよう、すぐに調理されることを推奨しています。

冷蔵庫を使用する場合、保存期間はジビエでは最長でも2-3日、豚肉は3日、牛肉や子羊肉は4-5日程度です。

量と重量

10 小さじ = ティースプーン

大きじ = テーブルスプーン

g = グラム

kg = キログラム

ml = ミリリットル

ひとつまみ

小さじ1杯の目安

- ベーキングパウダー 3 g
- 塩/砂糖/バニラシュガー 5 g
- 小麦粉 5 g
- 液体物 5 ml

大きじ1杯の目安

- 小麦粉/コーンフラワー/パン粉 10 g
- 砂糖 15 g
- 液体物 10 ml
- マスタード 10 g

料理用語ガイド

| | |
|--------|--|
| 骨なし | すべての骨を取り除いた肉または魚。 |
| ベーコン巻き | 肉、鶏肉や魚に薄いベーコンを巻き、調理中の中身の乾燥を防ぐ調理方法。 |
| 湯通し | 野菜や果物を短時間沸騰しているお湯に通し、その後冷水に浸す調理方法。 |
| 乳化 | 通常は混合できない2つの成分を合わせる方法で、混合する代わりに、例えばハンドミキサーなどで素早くブレンドします。この方法は、オイルと酢を混ぜてドレッシングを作るために利用されます。 |
| 下処理済 | すでに洗浄、不要なものの除去が完了し、調理に使用できる状態の食材。例えば、脂肪や筋がすでに取り除かれた肉、鱗や皮が取り除かれた魚、皮をむき切り終わって使える状態の果物や野菜を指します。 |

ミーレアクセサリー

12 レシピから最高の料理を完成させるには、最高品質のオープンと厳選された食材に加え、適切なアクセサリーも重要な役割を果たします。

ミーレは豊富なアクセサリーを取り揃えています。最高の結果を確保するために、ミーレのアクセサリーはミーレの調理機器に寸法や機能がマッチするよう設計・テストされています。これらの製品は、ミーレ・オンラインストア、ミーレ・コンタクトセンター、またはミーレ販売店でご注文いただけます。

ミーレ ベーキングディッシュ

ミーレベーキングディッシュは、大きなお肉やお魚を焼くためのシンプルなツールです。この製品には焦げ付き防止用コーティングが施されており、油をほとんど使用しなくても焦げ付きが発生しません。

ミーレのお手入れ用品

ミーレ機器を末永くお使いいただくためには、定期的な清掃とお手入れが必要となります。ミーレ純正のお手入れ用品は、ミーレ機器に適合するよう注意深く開発されています。これらの製品は、ミーレ・オンラインストア、ミーレ・コンタクトセンター、またはミーレ販売店でご注文いただけます。

マイクロファイバークロス

高品質のマイクロファイバー製です。破れにくくしっかりとした生地で、指紋や軽い汚れを拭き取るのに便利です。

調理時間早見表

| 肉の種類 | 焼き時間(分) | 中心温度*(°C) | 調理時間(分) | 温度設定 |
|--|------------------------------|----------------------|--------------------------|------|
| 仔牛肉 | | | | |
| メダリオン 厚さ3-4 cm | 片面につき1 片面につき2 片面につき2 | 45-50 55-60 65 | 40-55 60-75 90-105 | |
| ステーキ 約160 g 厚さ2 cm | 片面につき1 片面につき2 片面につき2 | 45-50 55-60 65 | 15-30 30-45 65-80 | |
| 牛肉 | | | | |
| メダリオン 厚さ3-4 cm | 片面につき1 片面につき1-2 片面につき2 | 45-50 55-60 65 | 45-60 65-80 95-110 | |
| サーロインステーキ 約170 g | 片面につき1 片面につき2 片面につき2 | 45-50 55-60 65 | 45-60 65-80 95-110 | |
| ランプステーキ 約200 g | 片面につき1 片面につき1-2 片面につき2 | 45-50 55-60 65 | 35-45 45-60 95-110 | |
| 豚肉 | | | | |
| フィレ 約550 g | 合計6-8 | 65 | 90-110 | |
| メダリオン 厚さ約4 cm | 片面につき2 | 65 | 85-100 | |
| * 45-50 °Cレア / 55-60°C ミディアム / 65°Cウェルダン | | | | |

| 肉の種類 | 焼き時間(分) | 中心温度*(° C) | 調理時間(分) | 温度設定 |
|------------------------------|------------------|------------|-----------------|----------------|
| 子羊肉 | | | | |
| 子羊のあばら肉 約 170 g | 2-4 2-4 | 60 65 | 45-60 85-100 | □□□□■ □□□□■ |
| 子羊のあばら肉 約400 g | 2-4 2-4 | 60 65 | 45-60 85-100 | □□□□■ □□□□■ |
| フレンチトリム 子羊のあばら肉 約600 g | 片面につき2 片面につき2 | 60 65 | 45-60 95-110 | □□□□■ □□□□■ |
| ジビエ | | | | |
| 鹿肉のメダリオン 厚さ3-4 cm | 片面につき2 片面につき2 | 60 65 | 65-80 95-110 | □□□□■ |
| 鹿肉骨なし サドル肉 約800 g | 片面につき2 片面につき2 | 60 65 | 55-70 95-110 | □□□□■ |
| * 60°Cミディアム / 65°Cウェルダン | | | | |

| 魚の種類 | 焼き時間(分) | 中心温度*(° C) | 調理時間(分) | 温度設定 |
|-------------------------|---------|------------|---------|-------|
| 魚 | | | | |
| サーモン 400 g | 皮面を2 | 52 | 45-60 | □□□□■ |
| マス (丸ごと) 約350 g | 片面につき2 | 52 | 15-30 | □□□□■ |
| タラ 200 g | 焼き無し | 52 | 75-90 | □□□□■ |
| 鯛 (丸ごと) 約480-500 g | 片面につき | 52 | 25-40 | □□□□■ |
| スズキ (丸ごと) 約480-500 g | 片面につき2 | 52 | 20-35 | □□□□■ |

仔牛肉・牛肉

仔牛肉や牛肉は、特別な行事にも毎日の料理にとっても、おいしい料理を生み出す理想的な出発点です。これらのレシピは、肉料理に今までとは違った新しい意味をもたらします。外がカリッと焼き上げられたロースト、スパイシーなソースまたは肉汁での煮込みなど、どれもあなたのお気に入り料理になる可能性を秘めています。

仔牛ヒレ肉のマリネ フェンネル添え

4人分 | 所用時間 : 60-100分

材料

仔牛ヒレ肉用の材料:

オリーブオイル 大さじ1
仔牛ヒレ肉(各300 g、下処理済)
2枚
タイム(生) 2枝
ローズマリー(生) 2枝

表面を焼くための材料:

オリーブオイル 大さじ1
塩
コショウ

フェンネルの材料:

フェンネル 2個
オレンジ 2個
オレンジジュース 200 ml
レモングラス(生) 2本
オリーブオイル 大さじ3
アニシード(粉末)
塩
カイエンペッパー

ガーニッシュの材料:

フェンネルの葉

アクセサリ:

平らな耐熱皿
ハンドブレンダー

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定4で15分間予熱する。

仔牛ヒレ肉をオリーブオイルでマリネし、室温で寝かせる。

仔牛ヒレ肉とハーブ類を耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

調理時間終了の約30分前に、フェンネルを半分に切り、芯を切り出して円錐型のくぼみを残す。フェンネルを細い短冊に切り、塩を加えた沸騰水に1分間湯通しする。オレンジを切り分け、脇に置いておく。

フェンネルの葉を細かく摘み取り、後でガーニッシュにするためにとっておく。

レモングラスを長手方向に切り目を入れ、ナイフの裏側で軽く潰す。ソースパンにオレンジジュースとレモングラスを沸騰させ、弱火で量を3分の1減らす。レモングラスを取り除く。オリーブオイルをゆっくりと加え、ハンドブレンダーでエマルションとなる(とろみが出る)まで混ぜる。アニシード、塩、カイエンペッパーで味付けする。

フェンネルと切り分けたオレンジを混ぜ、オレンジソースをその上から注ぐ。

ドロワーから仔牛ヒレ肉を取り出し、塩で味付けし、タイムとローズマリーとともに両面を強火で約2分間ずつ焼く。ハーブ類が焼き付かないよう注意。表面が焼けたら、コショウで味付けする。

刻んだフェンネルの葉で飾って完成。

ウォーミングドロワーの設定

□□□■□

中心温度: 55-60°C

調理時間: 60-90分



仔牛メダリオンの サボイキャベツ巻き

4人分 | 所用時間 :110-120分

材料

材料:

サボイキャベツの葉 8枚
仔牛肉(メダリオンカット各
160 g、下処理済) 4切れ
ディジョンマスタード 大さじ1
ニンニク 2片 | 潰す
ハム(燻製) 16枚
サボイキャベツ 300 g
バター 20 g
エシャロット 2個 | みじん切り
白ワイン(辛口) 50 ml
生クリーム(濃厚) 50 ml
塩
カイエンペッパー 小さじ½
クミン 小さじ½

表面を焼くための材料:

澄ましバター 25 g

ガーニッシュの材料:

チャイブ 大さじ2 | みじん切り

アクセサリー:

平らな耐熱皿

調理用糸

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定4で15分間予熱する。

サボイキャベツの葉を洗い、芯を取り除く。葉を沸騰水で1分間湯通しし、軽くたたいて水気をとる。

メダリオンを平らにし、サイズに応じて1枚または2枚のサボイキャベツに乗せる。ディジョンマスタードとニンニクを混ぜ、仔牛メダリオンの上に塗り付ける。仔牛のメダリオンをキャベツの葉で包み、さらにハムを巻きつけ調理用糸で縛る。

縛った肉を耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

調理時間終了の約20分前に、残りのサボイキャベツを短冊状に切る。

バターをフライパンで加熱し、エシャロットを炒め、サボイキャベツを加え軽くソテーし、白ワイン、続いて生クリームを加え、塩、カイエンペッパー、クミンで味付けする。

フライパンで澄ましバターを熱し、キャベツに包んだ仔牛メダリオンの両面を強火で約2分間ずつ焼く。

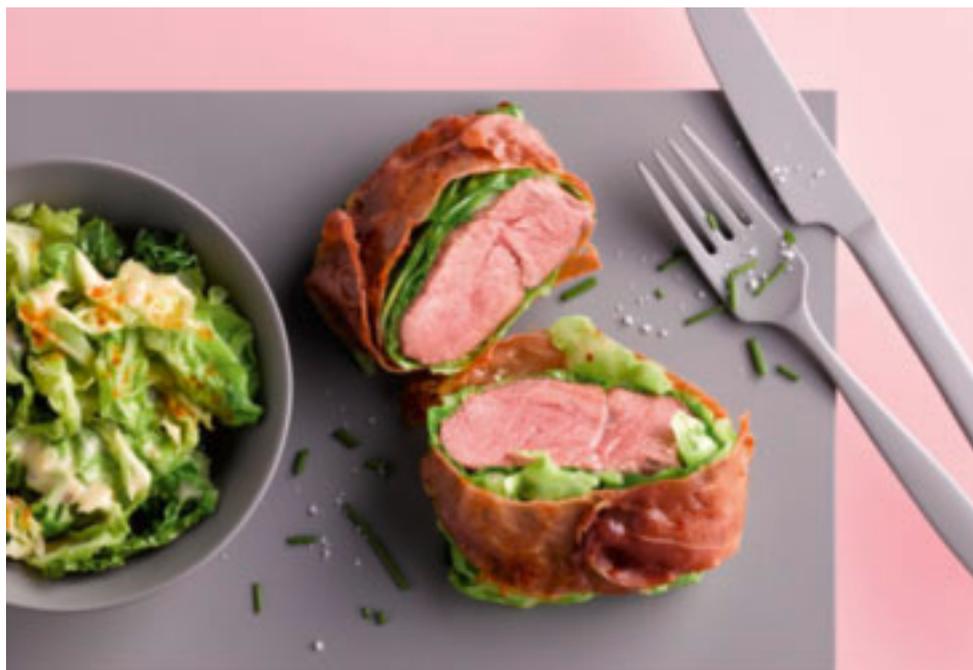
チャイブをふりかけて完成。

ウォーミングドロワーの設定

□□□■□

中心温度: 55-60°C

調理時間: 80-90分



仔牛ステーキの ブランデーソースがけ

4人分 | 所用時間 : 35-50分

材料

仔牛ステーキの材料:

仔牛肉ステーキ用(各180 g、下
処理済) 4枚

塩
コショウ

野菜の材料:

バター 20 g
エシャロット 1個 | みじん切り
レモングラス(生) 1本
ニンジン 250 g | 細い短冊切り
スナップエンドウ 250 g | ニつ
切り

塩
コショウ

チャイブ 大きじ1 | みじん切り

ブランデーソースの材料:

バター 20 g
エシャロット 3個 | みじん切り
ブランデー 40 ml
クレームフレッシュ 150 ml
粒コショウ(緑、塩漬け) 小さじ
4

塩
コショウ

表面を焼くための材料:

澄ましバター 20 g

アクセサリー:

平らな耐熱皿

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定4で15分間予熱する。

仔牛肉を室温で寝かせる。

仔牛肉を耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

レモングラスを長手方向に切り目を入れ、ナイフの裏側で軽く潰す。ソースパンでバターを加熱し、レモングラスとエシャロットを炒め、ニンジン、スナップエンドウを加え約5-6分間炒める。塩コショウで味付けし、チャイブを加え保温する。

ソースパンでバターを加熱し、エシャロットを炒め、ブランデー、クレームフレッシュ、粒コショウを加え、塩コショウで味付けする。

ドロワーから仔牛肉を取り出し、塩で味付けする。

フライパンで澄ましバターを熱し、仔牛肉の両面を強火で約2分間ずつ焼く。表面が焼けたら、コショウで味付けする。

野菜からレモングラスを取り除き、完成。

ウォーミングドロワーの設定

□□□■□

中心温度: 55-60°C

調理時間: 35-40分



仔牛ステーキの ブランデーソースがけ

仔牛シルバーサイドの ツナソースがけ

4人分 | 所用時間 : 100-120分

材料

仔牛シルバーサイドの材料:

菜種油 大きじ2
仔牛肉のシルバーサイド(そもそも、800 g、下処理済) 1切れ
塩
コショウ

ツナソースの材料:

ツナ(水煮、水切り重量130 g) 1缶
卵(中) 2個 | 卵黄のみ
酢 小さじ2
レモン ½個 | 果汁のみ
アンチョビ(各約15 g) 2
オリーブオイル 70 ml
ケーパー 20 g
塩
コショウ

アクセサリー:

平らな耐熱皿
ハンドブレンダー

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定4で15分間予熱する。

仔牛肉を室温で寝かせる。

仔牛肉を皿にのせ、ドロワー内で調理する。

ツナを計量カップに入れる。卵黄、酢、レモンジュース、アンチョビを加える。ハンドブレンダーでさっと混ぜてクリーム状にする。オリーブオイルをゆっくりと加え、ハンドブレンダーでさっと混ぜる。ケーパーを加え、ハンドブレンダーでさっと混ぜる。塩コショウで味付けする。

フライパンで菜種油を温める。仔牛肉の両面に塩を振りかけ、両面を強火で2分ずつ焼く。表面が焼けたら、コショウで味付けする。

ウォーミングドロワーの設定

中心温度: 57°C

調理時間: 90-110分



牛ヒレ肉メダリオンの ヒラタケ添え

4人分 | 所用時間 :80-100分

材料

牛ヒレ肉メダリオンの材料:

牛ヒレ肉(メダリオンカット各

160 g) 4切れ

塩

コショウ

ヒラタケの材料:

ヒラタケ 400 g

バター 20 g

エシャロット 2個 | みじん切り

生クリーム 大さじ2

塩

コショウ

砂糖 ひとつまみ

チャイブ 大さじ2 | みじん切り

表面を焼くための材料:

澄ましバター 20 g

アクセサリー:

平らな耐熱皿

つくり方

耐熱皿をドローワーの温度設定4で15分間予熱する。

牛ヒレ肉を室温で寝かせておく。

牛ヒレ肉を耐熱皿にのせ、ドローワー内で調理する。

ヒラタケは汚れを落とし、細かく刻む。

調理時間終了の約20分前に、バターをフライパンで加熱し、エシャロットを炒め、ヒラタケを加え約2-3分炒める。生クリームを加え、塩、コショウ、砂糖で味付けする。

牛ヒレ肉の両面に塩をふりかける。

フライパンで澄ましバターを熱し、牛ヒレ肉の両面を強火で約2分間ずつ焼く。表面が焼けたら、コショウで味付けする。

ウォーミングドローワーの設定

□□□■□

中心温度: 55-60°C

調理時間: 65-80分



牛ヒレ肉メダリオンの ヒラタケ添え

サーロインの玉ねぎ添え

4人分 | 所用時間 : 45-60分

材料

サーロインの材料:

サーロインステーキ(各200 g、
下処理済) 4枚

塩

コショウ

玉ねぎの材料:

バター 25 g

玉ねぎ 500 g | 輪切り

ベーコン 100 g | みじん切り

ネギ 1束(150 g) | 小口切り

粒コショウ(緑、塩漬け) 50 g

白ワイン(辛口) 100 ml

塩

コショウ

表面を焼くための材料:

澄ましバター 20 g

アクセサリー:

平らな耐熱皿

つくり方

耐熱皿をドローアの温度設定4で15分間予熱する。

サーロインステーキは室温で寝かせておく。

サーロインステーキを耐熱皿にのせ、ドローア内で調理する。

調理時間終了の約20分前に、バターをフライパンで加熱し、玉ねぎを炒め、ベーコン、ネギ、粒コショウを加え、白ワインを加え、塩、コショウで味付けする。

ドローアからサーロインステーキを取り出し、塩で味付けする。

フライパンで澄ましバターを熱し、サーロインステーキの両面を強火で約2分間ずつ焼く。最後に、コショウで味付けする。

ウォーミングドローアの設定

中心温度: 55-60°C

調理時間: 45-60分



サーロインの玉ねぎ添え

ランプステーキの ブルーチーズソースがけ

4人分 | 所用時間 : 60-80分

材料

ランプステーキの材料:

牛ランプステーキ(下腰部の肉、
各400 g、下処理済) 2枚

塩

コショウ

ブルーチーズバター材料:

ブルーチーズ 50 g

バター 50 g

チャイブ 大さじ1 | みじん切り

野菜の材料:

サヤインゲン 300 g | 3-4 cmサイ
ズに切り分け

水 300 ml

バター 20 g

ベーコン 50 g | みじん切り

玉ねぎ 1個 | みじん切り

チェリートマト 10個 | 四つ切り

サマーセイボリー 小さじ1

塩

コショウ

赤ワインソースの材料:

小麦粉 大さじ1

肉ブイヨン 200 ml

赤ワイン 125 ml

塩

カイエンペッパー

砂糖 ひとつまみ

表面を焼くための材料:

澄ましバター 20 g

アクセサリー:

平らな耐熱皿

ラップ

作り方

耐熱皿をドローワーの温度設定4で15分間予熱する。

ランプステーキは室温で寝かせておく。

ランプステーキを耐熱皿にのせ、ドローワー内で調理する。

ブルーチーズとバターを練り合わせ、チャイブを加える。練り合
せたものをラップに乗せ、円柱状にして冷やす。

水を沸騰させ、サヤインゲンを加え約15-20分茹でる。サヤインゲ
ンを湯切りして置いておく。

ソースパンでバターを加熱し、ベーコンと玉ねぎを炒め、サヤイ
ンゲン、チェリートマト、セイボリーを加え、塩コショウで味付
けする。

ランプステーキの両側に塩をふる。

フライパンで澄ましバターを熱し、ランプステーキの両面を強火
で約2分間ずつ焼く。表面が焼けたら、コショウで味付けする。

ステーキをフライパンから取り出す。ローストした肉汁に小麦粉
をふりかけ、少し茶色になるまで炒める。肉ブイヨンと赤ワイン
を加え、滑らかになるまで混ぜる。塩、カイエンペッパー、砂糖
で味付けする。

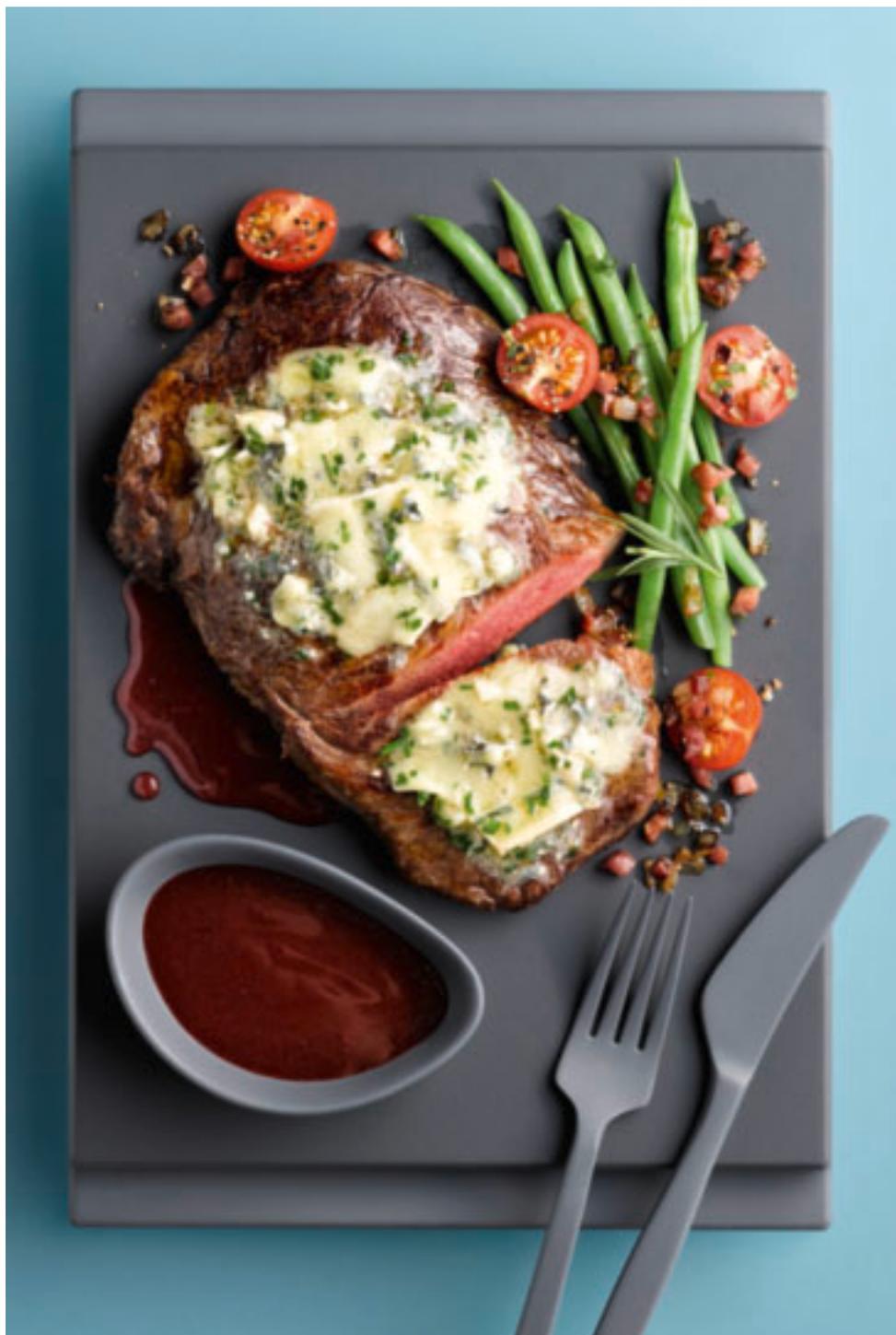
円盤状に切ったブルーチーズバターを肉の上に置き、予熱したお
皿の上に野菜とソースとともに盛り付けて完成。

ウォーミングドローワーの設定

□□□■□

中心温度: 55-60°C

調理時間: 45-60分



ラムステーキの ブルーチーズソースがけ

豚肉

豚肉は、その豊かな深い味わいに人気があります。バランスの取れた食事の一部として、さまざまな料理や味付けで楽しむことができます。ジューシーなステーキ、柔らかいヒレ肉、伝統的なシュニッツェル、饗宴用のロースト肉切り身などお好み次第で調理でき、飽きることはありません。豚肉料理の多彩さには限りがないと思えるほどです。

アジア風豚ヒレ肉

4人分 | 所用時間 : 110-130分

材料

豚ヒレの材料:

豚ヒレ肉(下処理済) 600 g

塩

コショウ

カレーパウダー

野菜の材料:

バター 20 g

シイタケ 150 g | さいの目切り

ネギ(150 g) 1束 | 1 cmに斜め切り

スナップエンドウ 150 g | 三つ切り

もやし 125 g

パイナップル 150 g | 小さく切り分け

根生姜 15 g | すりおろし

酒 100 ml

塩

砂糖

カレーパウダー 小さじ1

コショウ

表面を焼くための材料:

澄ましバター 20 g

アクセサリー:

平らな耐熱皿

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定5で15分間予熱する。

豚ヒレ肉は室温で寝かせておく。

豚ヒレ肉を耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

調理時間終了の約20分前に、バターをフライパンで加熱し、シイタケを炒め、ねぎ、スナップエンドウ、もやし、パイナップル、生姜を加え約3-4分炒める。酒を加え、塩、砂糖、カレー粉、コショウで味付けする。

ドロワーから豚ヒレ肉を取り出し、塩で味付けする。

フライパンで澄ましバターを熱し、豚ヒレ肉の両面を強火で約2分間ずつ焼く。表面が焼けたら、コショウで味付けする。

ウォーミングドロワーの設定

□□□□■

中心温度: 65°C

調理時間: 90-110分



アジア風豚ヒレ肉

豚ヒレ肉 カルバドスソースがけ

4人分 | 所用時間 : 230-250分

材料

マリネード(漬け汁)の材料:

メープルシロップ 大さじ1
辛口シェリー酒 大さじ4
グレープシードオイル 大さじ1
ライム 1個 | 果汁のみ
クローブ 10個
コショウ

豚ヒレの材料:

豚ヒレ肉(下処理済) 600 g
塩
コショウ

カルバドスソースの材料:

リンゴ 4個 | 薄切り
ライム 1個 | 果汁のみ
バター 25 g
エシャロット 2個 | 薄く輪切り
砂糖 60 g
チリパウダー
アップルジュース 125 ml
カルバドス(リンゴのブランデー) 50 ml
クレームフレッシュ 125 ml
塩
カイエンペッパー
チャイブ 大さじ1 | みじん切り
表面を焼くための材料:
澄ましバター 25 g
アクセサリ:
平らな耐熱皿

つくり方

メープルシロップ、シェリー、グレープシードオイル、ライムの果汁、コショウ、クローブでマリネを用意し、豚ヒレ肉の上に注ぎ、2時間冷蔵庫に入れておく。豚ヒレ肉をマリネから取り出し、軽くたたいて水気をとる。

耐熱皿をドロワーの温度設定4で15分間予熱する。

豚ヒレ肉は室温で寝かせておく。

豚ヒレ肉を耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

ライム果汁をリンゴの上に絞る。

ソースパンでバターを加熱し、エシャロットを炒め、上から砂糖をふりかけ、切り分けたリンゴを加える。チリパウダーで味付けし、置いておく。

アップルジュースとカルバドスを沸騰させ、中火にする。クレームフレッシュを加え、塩とカイエンペッパーで味付けする。

ドロワーから豚ヒレ肉を取り出し、塩で味付けする。フライパンで澄ましバターを熱し、豚ヒレ肉の両面を強火で約2分間ずつ焼く。表面が焼けたら、コショウで味付けする。

チャイブをふりかけて完成。

ウォーミングドロワーの設定

中心温度: 60°C

調理時間: 90-110分



豚ヒレ肉 カルバドスソースがけ

豚肉メダリオンのチリソース、ピーナッツソース添え

4人分 | 所用時間 : 95-100分

材料

豚肉メダリオンの材料:

豚肉(メダリオンカット各60 g)

8切れ

塩

コショウ

チリソースとピーナッツソースの材料:

バター 20 g

エシャロット 2個 | くし形切り

マッシュルーム 200 g | スライス

ネギ(各150 g) 2束 | 5 cmサイズ

に切る

チリペッパー(乾燥赤唐辛子) 2

本 | 輪切り

白ワイン(辛口) 40 ml

塩

コショウ

ピーナッツバター(滑らかなもの) 大さじ5

水 大さじ5

カレーペースト 小さじ1

しょうゆ 大さじ1

甘口チリソース 小さじ2

イタリアンパセリ 大さじ2 | みじん切り

表面を焼くための材料:

澄ましバター 20 g

アクセサリー:

平らな耐熱皿

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定4で15分間予熱する。

豚肉メダリオンを室温で寝かしておく。

豚肉メダリオンを耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

調理時間終了の約20分前に、バターをフライパンで加熱し、エシャロットとマッシュルームを炒め、ネギ、チリペッパー、続いて白ワインを加え、塩、コショウで味を調える。

ソースパンでピーナッツバター、水、カレーペースト、しょうゆとチリソースを混ぜ合わせ、沸騰させる。

ドロワーから豚肉メダリオンを取り出し、塩で味付けする。

フライパンで澄ましバターを熱し、豚肉メダリオンの両面を強火で約2分間ずつ焼き上げる。表面が焼けたら、コショウで味付けする。

ウォーミングドロワーの設定

□□□■□

中心温度: 60°C

調理時間: 85-100分



豚肉メダリオンのチリソース、ピーナッツソース添え

豚肉ルラードの ピーマン添え

4人分 | 所用時間 : 120-150分

材料

豚肉ルラードの材料:

薄く伸ばした豚肉(各150 g) 4切れ

菜種油 大さじ2

玉ねぎ2個 | みじん切り

マスタード

塩

コショウ

パプリカパウダー

ピーマンの材料:

バター15 g

エシャロット 2個 | 薄切り

黄ピーマン(各100 g) 2個 | 細切り

赤ピーマン(各100 g) 2個 | 細切り

酒 40 ml

トマトピューレ 150 g

干しあんず 250 g | 半分切り

塩

カイエンペッパー

パプリカパウダー

チャイブ 大さじ2 | みじん切り

表面を焼くための材料:

澄ましバター 20 g

アクセサリー:

平らな耐熱皿

調理用糸

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定4で15分間予熱する。

豚肉にマスタードを塗り付け、塩、コショウ、パプリカパウダーをふる。フライパンに菜種油を加熱し、玉ねぎを透明になるまで炒める。玉ねぎを豚肉の上に広げ、豚肉を巻き、調理用糸で縛る。

巻いた豚肉を耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

調理時間終了の約20分前に、バターをフライパンで加熱し、エシャロットとコショウを炒め、酒を加える。

トマトピューレと干しあんずを加え、塩、カイエンペッパー、パプリカパウダーをふる。

ドロワーから豚肉を取り出す。

フライパンで澄ましバターを熱し、豚肉の両面を強火で約2分間ずつ焼く。

ウォーミングドロワーの設定

□□□■□

中心温度: 65°C

調理時間: 100-130分



ラム肉

ビタミン、たんぱく質、ミネラルが豊富なラム肉は、毎日の食生活に変化をもたらすのに最適です。地中海風や伝統的な料理など、ラム肉はますますそのファン層を広げています。ラム肉はイースター料理として人気がありますが、実際には一年を通して美味しくいただける食材です。世界中の美食家がこの肉を様々な方法で楽しんでいます。

ラムラックの トマトとズッキーニ添え

4人分 | 所用時間 :90-110分

材料

ラムラックの材料:

ラムラック(子羊のあばら肉、各
270 g、下処理済) 4

塩

コショウ

トマトとズッキーニの材料:

澄ましバター 25 g

大玉トマト 2個 | 皮をむき四つ
切り

エシャロット 1個 | 粗みじん切
り

ニンニク 1粒 | みじん切り

ズッキーニ 200 g | スライス

ライム ½個 | 果汁のみ

白ワイン(辛口) 50 ml

塩

コショウ

ひまわりの種 大きじ2

バジルバターの材料:

バジル 3-4枝分 | 葉のみ、みじ
ん切り

バター 80 g | 柔らかい状態

塩

コショウ

表面を焼くための材料:

澄ましバター 25 g

アクセサリー:

平らな耐熱皿

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定4で15分間予熱する。

ラムラックは室温で寝かせておく。

ラムラックを耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

フライパンで澄ましバターを熱し、エシャロットを炒め、ニンニク、ズッキーニ、ピーフトマトを加えて炒め、ライムの果汁とワインを加える。塩コショウし、ひまわりの種を加える。

バジルの葉を加えて混ぜ、塩コショウする。

ドロワーからラムラックを取り出し、塩をふる。

フライパンで澄ましバターを熱し、ラムラックの両面を強火で約2分間ずつ焼く。最後に、コショウで味付けする。

ウォーミングドロワーの設定

□□□■□

中心温度: 55-60°C

調理時間: 45-60分



ラムラックの トマトとズッキーニ添え

ラムラックの ハーブソース風味

4人分 | 所用時間 :80-100分

材料

ラムラックの材料:

ラムラック(子羊のあばら肉、各
270 g、下処理済) 4

塩

コショウ

ハーブソースの材料:

松の実 50 g

日干しトマト(オイル漬け)

100 g | みじん切り

バジル 30 g | 粗みじん切り

タイム 2枝 | 粗みじん切り

ニンニク 1片 | みじん切り

パセリ 30 g | 大きめに刻む

チャイブ 30 g | 大きめに刻む

エシャロット 1個 | みじん切り

パルミジャーノチーズ(すりおろ
す) 60 g

オリーブオイル 80 ml

サンバルオレック 小さじ1

塩

コショウ

パプリカパウダー

表面を焼くための材料:

澄ましバター 20 g

アクセサリー:

平らな耐熱皿

つくり方

耐熱皿をドローワーの温度設定4で15分間予熱する。

ラムラックは室温で寝かせておく。

ラムラックを耐熱皿にのせ、ドローワー内で調理する。

調理時間終了の約20分前に、フライパンで松の実を煎る。

トマト、バジル、タイム、ニンニク、パセリ、チャイブ、エシャ
ロット、パルミジャーノチーズとオリーブオイルを混ぜ合わせ、
サンバルオレック、塩、コショウ、パプリカパウダーで味を調え
る。

ドローワーからラムラックを取り出し、塩をふる。

フライパンで澄ましバターを熱し、ラムラックの両面を強火で約2
分間ずつ焼く。最後に、コショウで味付けする。

ウォーミングドローワーの設定

□□□■□

中心温度: 55-60°C

調理時間: 45-60分



ラムサドルの トマトと白いんげん豆添え

4人分 | 所用時間 : 110-130分

材料

ラムサドルの材料:

ラムサドル(子羊鞍下肉、骨なし、下処理済) 600 g

塩

コショウ

野菜の材料:

ひまわり油 大さじ2

玉ねぎ 1個 | みじん切り

トマト 300 g | くし切り

ニンニク 1粒 | みじん切り

白いんげん豆(水煮) 200 g

白ワイン(辛口) 100 ml

レモンジュース 大さじ1

生クリーム(濃厚) 100 ml

パプリカパウダー

ミント(生) 大さじ2 | 千切り

塩

コショウ

表面を焼くための材料:

澄ましバター 20 g

アクセサリー:

平らな耐熱皿

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定4で15分間予熱する。

ラムサドルは室温で寝かせておく。

ラムサドルを耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

フライパンでひまわり油を熱し、玉ねぎを炒め、トマト、ニンニクを加えて炒め、白いんげん豆も温める。

白ワイン、レモンジュース、生クリームを加え、パプリカパウダー、ミント、塩コショウで味付けする。

ドロワーからラムサドルを取り出し、塩で味付けする。

フライパンで澄ましバターを熱し、ラムサドルの両面を強火で約2分間ずつ焼く。最後に、コショウで味付けする。

ウォーミングドロワーの設定

□□□■□

中心温度: 55-60°C

調理時間: 95-110分



ジビエ

前菜として、メインディッシュとして、あるいはサラダに加える食材としても、ジビエはいつも料理の目玉になります。ジビエの多様性によって、美味しい料理が約束されているようなものです。ジビエは日常の食べ物であったことはなく、常に特別な食べ物でした。そのため、特別な機会に最適と言えるでしょう。ジビエファンは、常に他のどのような肉よりもジビエを選びます。

鹿肉メダリオンの アンズタケ添え

4人分 | 所用時間 : 100-120分

材料

鹿肉メダリオンの材料:

鹿肉のメダリオン(各80 g、下処理済) 8切れ

塩

コショウ

ベーコン(脂肪と赤身が筋状のもの) 8枚

アンズタケの材料:

バター 20 g

玉ねぎ 1個 | 薄切り

アンズタケ 600 g | 洗淨済み

(手に入らない場合は他のキノコで代用)

生クリーム(濃厚) 50 ml

白ワイン(辛口) 50 ml

塩

コショウ

砂糖

洋梨 2個 | 半切り、焼いておく

クランベリーゼリー 40 g

表面を焼くための材料:

澄ましバター 20 g

アクセサリー:

平らな耐熱皿

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定4で15分間予熱する。

鹿肉メダリオンに塩コショウをふる。

鹿肉メダリオンをベーコンで巻き、室温で寝かせておく。

ベーコンで巻いた鹿肉メダリオンを耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

フライパンでバターを加熱し、玉ねぎとアンズタケを少しずつ分けて炒める。生クリームと白ワインを加え、塩、コショウ、砂糖で味付けする。

半分に切った洋梨にクランベリーゼリーを詰める。

ベーコンで巻いた鹿肉メダリオンをドロワーから取り出す。

フライパンで澄ましバターを熱し、ベーコンで巻いた鹿肉メダリオンの両面を強火で約2分間ずつ焼く。ベーコンがカリカリになるまで焼いたら完成。

ウォーミングドロワーの設定

□□□■□

中心温度: 60°C

調理時間: 95-110分



鹿肉メダリオンの アンズタケ添え

鹿肉サドルのアップルソースがけ

4人分 | 所用時間 : 110-130分

材料

鹿肉サドルの材料:

鹿肉サドル(骨なし鞍下肉、下処理済) 800 g
ベーコンスライス 8枚
タイム
塩
コショウ

アップルソースの材料:

バター 20 g
リンゴ(調理用) 4個 | 薄切り
アップルジュース 200 ml
ジビエ出汁 100 ml
レーズン 30 g
クルミ 30 g | みじん切り
コーンフラワー 大さじ1
水 大さじ1
生クリーム(濃厚) 50 ml
アップルブランデー 30 ml
塩

コショウ

砂糖

パセリ 大さじ1 | みじん切り

表面を焼くための材料:

澄ましバター 20 g

アクセサリー:

平らな耐熱皿

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定4で15分間予熱する。

鹿肉を塩コショウとタイムで味付けする。鹿肉をベーコンで巻き、室温で寝かせる。

ベーコンで巻いた鹿肉を耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

調理時間終了の約30分前に、バターをソースパンで加熱し、切り分けたリンゴを炒め、アップルジュースとジビエスープを加える。レーズンとクルミを加え、沸騰させる。コーンフラワーと水を混ぜて加える。生クリームを加え、アップルブランデー、塩、コショウ、砂糖で味付けする。

ベーコンで巻いた鹿肉をドロワーから取り出す。

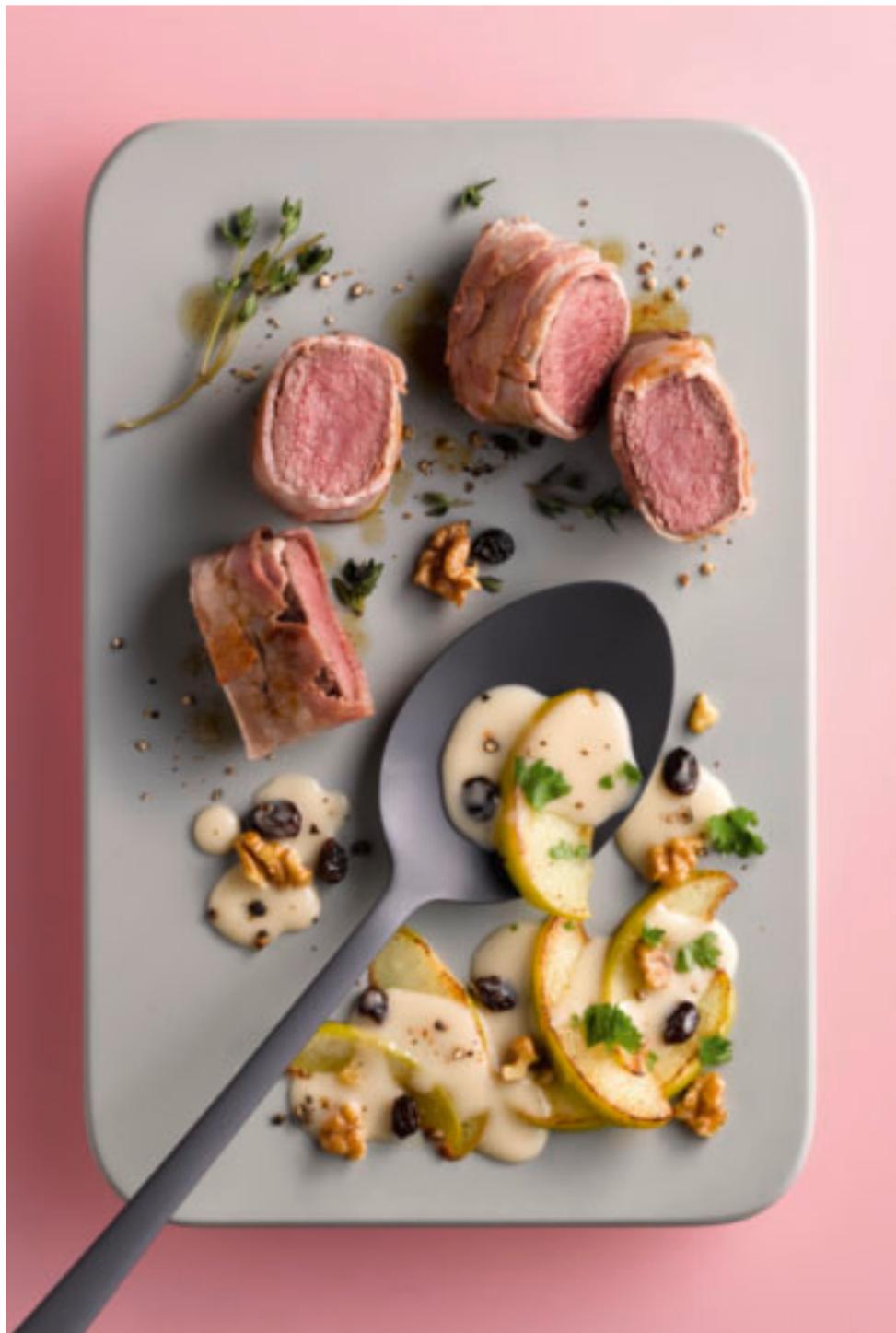
フライパンで澄ましバターを熱し、ベーコンで巻いた鹿肉の両面を強火で約2分間ずつ焼く。ベーコンがカリカリになるまで焼いたら完成。

ウォーミングドロワーの設定

□□□■□

中心温度: 60°C

調理時間: 95-110分



鹿肉サドルの アップルソースがけ

魚

魚は心にも体にも良いとされています。鹹水魚は、ヨウ素、ビタミン、タンパク質、およびオメガ3脂肪酸が豊富で、健康と体力、集中力のレベル、観察力、そして健康度全般を高めます。低カロリーで多彩、そして洗練された魚料理を作れば、毎回お褒めの言葉がもらえるでしょう。

鯛の トマトとズッキーニ添え

4人分 | 所用時間 : 60-80分

材料

鯛の材料:

鯛(各450 g、下処理済) 2尾

塩

コショウ

レモン(できればノーワックス)

½個 | 薄くスライス

生ニンニク ½個 | 薄くスライス

タイム 2枝

ローズマリー 2枝

マジョラム 2枝

菜種油 大さじ2

トマトとズッキーニの材料:

チェリートマト 360 g | 半切り

ズッキーニ 360 g | 半月切り

菜種油 大さじ2

塩

コショウ

アクセサリー:

平らな耐熱皿

ミーレ・ベーキングディッシュ

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定5で15分間予熱する。

鯛の内側・外側を塩コショウする。1尾につきレモンのスライス3枚とニンニクのスライス1枚を鯛の中に入れる。タイム、ローズマリー、マジョラムを1本ずつ添える。

鯛をチェリートマトとズッキーニとともに耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

ミーレ・ベーキングディッシュに菜種油を加熱し、鯛の両面を約2分ずつ焼く。

野菜の手順：フライパンで菜種油を加熱する。チェリートマトとズッキーニを強火で炒め、塩コショウで味を調える。

ウォーミングドロワーの設定

□□□□■

中心温度: 52-54°C

調理時間: 50-70分



鯛の トマトとズッキーニ添え

マスのナッツバター風味

2人分 | 所用時間 :30-40分

材料

マスの材料:

マス(各350 g、下処理済) 2尾

菜種油 大さじ2

塩

コショウ

ナッツバターの材料:

バター 70 g

クルミ 50 g | 軽く砕く

塩

コショウ

アクセサリ:

平らな耐熱皿

ミーレ・ベーキングディッシュ

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定5で15分間予熱する。

マスの内側・外側を塩コショウする。

マスを耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

ナッツバターを作るには、まずバターをフライパンで溶かす。バターが少し茶色になるまで加熱する。クルミを砕きナッツバターに加える。塩コショウで味付けする。

ミーレ・ベーキングディッシュに菜種油を加熱し、マスの両面を強火で約2分ずつ焼く。

ウォーミングドロワーの設定

□□□□■

中心温度: 52-54°C

調理時間: 25-35分



タラのサルティンボッカ 白ワインフォーム添え

4人分 | 所用時間 : 50-60分

材料

タラの材料:

タラのフィレ(下処理済) 750 g |
8等分に切る
セージの葉 16枚
パルマハム 16枚
菜種油 大さじ2

白ワインフォームの材料:

玉ねぎ 100 g | みじん切り
バター 大さじ1
白ワイン(辛口) 250 ml
野菜ブイヨン 200 ml
クレームフレッシュ100 ml
ナツメグ
塩
コショウ
砂糖

アクセサリー:

平らな耐熱皿
ハンドブレンダー

つくり方

耐熱皿をドローワーの温度設定5で15分間予熱する。

タラのフィレを2枚のセージの葉、2枚のパルマハムで包む。

タラを耐熱皿にのせ、ドローワー内で調理する。

フライパンでバターを加熱する。フライパンで玉ねぎをじっくり炒めて水分を減らす。白ワインを加え、水分が半分になるまで煮込む。

野菜コンソメを加え再度沸騰させる。クレームフレッシュを加えて混ぜ、ナツメグ、塩、コショウ、砂糖で味付けする。

ハンドブレンダーでさっと混ぜてフォーム状にする。

フライパンに菜種油を加熱し、タラの両面を強火で約2分ずつ焼く。

ウォーミングドローワーの設定

□□□□■

中心温度: 52-54°C

調理時間: 35-50分



タラのサルティンボッカ 白ワインフォーム添え

アジア風サーモンフィレ

4人分 | 所用時間 : 80-100分+12時間のマリネ

材料

マリネード(漬け汁)の材料:

カルダモン 10 g | 潰す
レモングラス 3本 | みじん切り
天然ハチミツ 30 g
しょうゆ 大さじ4
野菜ブイヨン 100 ml
ごま油 大さじ3
ニンニク 1片 | スライス
根生姜 50 g | スライス
ライム 2個

サーモンフィレの材料:

サーモンフィレ(各400 g、下処理済、皮をむく) 2枚
菜種油 大さじ2

ソースの材料:

ココナッツミルク 250 ml
ニンジン 1本 | 細い短冊切り
ネギ 2本 | 小口切り
スナッフエンドウ 80 g
米酢 15 ml
ハチミツ 20 g
もやし 40 g
塩
コショウ

アクセサリ:

平らな耐熱皿
キッチンペーパー
フィルター

つくり方

フライパンでカルダモンを煎り、レモングラスを加える。天然ハチミツを加え、少しカラメル化させる。しょうゆと野菜ブイヨンを加える。フライパンをコンロから下ろし、ごま油を加える。ニンニクと生姜を加える。ライムの皮と果汁を加える。できあがったマリネードを冷ます。

サーモンを一晩マリネする。

耐熱皿をドロワーの温度設定5で15分間予熱する。

サーモンフィレをマリネードから取り出し、キッチンペーパーで軽くたたいて拭く。マリネードを濾し、置いておく。

サーモンフィレを耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

ココナッツミルクを沸騰させ、その半分をマリネードに加える。ソースを弱火にかけ、水分を半分にする。ニンジン、ネギ、スナッフエンドウをソースで5分間煮る。

米酢、ハチミツ、塩コショウで味付けする。

もやしを加えて2分間煮る。

フライパンで菜種油を加熱し、サーモンフィレの下側を約2分間強火で焼く。

ウォーミングドロワーの設定

□□□□■

中心温度: 52-54°C

調理時間: 50-70分



スズキの カリカリベーコン添え

2人分 | 所用時間 : 40-55分

材料

スズキ(各500 g、下処理済) 2尾
ベーコン 300 g
菜種油 大さじ2

アクセサリー:

平らな耐熱皿

ミーレ・ベーキングディッシュ

つくり方

耐熱皿をドロワーの温度設定5で15分間予熱する。

スズキをベーコンで巻く。

スズキを耐熱皿にのせ、ドロワー内で調理する。

ミーレ・ベーキングディッシュに菜種油を加熱し、スズキの両面を強火で約2分ずつ焼く。

ウォーミングドロワーの設定

□□□□■

中心温度: 52-54°C

調理時間: 40-55分



レシピ索引

68

| | |
|--------------------------|----|
| アジア風サーモンフィレ | 64 |
| アジア風豚ヒレ肉 | 34 |
| 牛ヒレ肉メダリオンのヒラタケ添え | 26 |
| 仔牛シルバーサイドのツナソースがけ | 24 |
| 仔牛ステーキのブランデーソースがけ | 22 |
| 仔牛ヒレ肉のマリネ フェネル添え | 18 |
| 仔牛メダリオンのサボイキャベツ巻き | 20 |
| サーロインの玉ねぎ添え | 28 |
| 鹿肉サドルのアップルソースがけ | 54 |
| 鹿肉メダリオンのアンズタケ添え | 52 |
| スズキのカリカリベーコン添え | 66 |
| 鯛のトマトとズッキーニ添え | 58 |
| タラのサルティンボッカ 白ワインフォーム添え | 62 |
| 豚肉メダリオンのチリソース、ピーナッツソース添え | 38 |
| 豚肉ルラードのピーマン添え | 40 |
| 豚ヒレ肉カルバドスソースがけ | 36 |
| マスのナッツバター風味 | 60 |
| ラムサドルのトマトと白いんげん豆添え | 48 |
| ラムラックのトマトとズッキーニ添え | 44 |
| ラムラックのハーブソース風味 | 46 |
| ランプステーキのブルーチーズソースがけ | 30 |

編集:

Gütersloh工場
Bünde工場

レシピ開発:

Bünde工場 テストキッチン

写真:

Fotostudio Casa, Münster

スタイリング:

Renate Neetix, Bielefeld
Fotostudio Casa, Münster

フードスタイリング:

Renate Neetix, Bielefeld

企画・構成・制作:

Marketing Communications International
Miele Gütersloh

無断転載を禁じます。

© Miele & Cie. KG
Gütersloh

1. Auflage
MMS 19-1690
M-Nr. 11158050 (12/19)