

ケッパーの風味が効いた大人向けの味わいのホワイトシチューに仕上げました。 ダシもブイヨンも一切使わず、SAB のおいしさだけで、 こんなに深い旨みが出るのかと驚きますよ。 SAB は生クリームやホワイトソースとの相性もバッグンです。



White Stew

## SAB 肩ロースのホワイトシチュー

## [材料] ※2人分

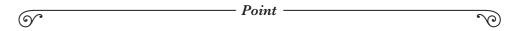
● SAB 肩ロース	●ケッパー (酢漬けでも可)·······10g
(2㎝程度の厚さのもの)400g	●白ワインビネガー30cc
●玉ねぎ1/2個	●白ワイン1カップ1カップ
●人参1/2本1/2本	●生クリーム100cc·····100cc
●バターひとかけら	●水

## [作り方]

- ①肩ロースは5㎝幅にカットして、塩こしょうして、強めに小麦粉をまぶす。
- ②フライパンにオリーブオイルをひき、①をこんがりきつね色になるまで焼いたら取り出す。
- ③ 煮込み用の鍋にバターをひとかけら入れて、1cm 程度に拍子木切りした人参、玉ねぎをソテーする。
- ④③の鍋に②の肉を入れ、ケッパー、白ワインビネガー、白ワイン、 肉がひたひたになるくらいに水を加え、フタをして30分程度中~弱火で煮込む。
- ⑤半分程度に煮詰まったら、生クリームを加えひと煮立ちしたら完成!

つけあわせには、リオブール (バターライス)を用意

- ①刻んだ萬幻豚ベーコン、玉ねぎをバターで炒めしんなりしたら、ごはんをよく混ぜ合わせる。
- ②塩コショウで味つけしたらできあがり。



●お肉に強めに小麦粉をはたくことで、とろみがつきます。 ホワイトソースを作る手間はいりません!

(O.