

プーリア州伝統ブラチョーレのトマト煮込み



調理時間: 160 min.

難易度: 難易度低

原材料 (4人分)

- 原材料
 - パッサータディボモドーロ (裏ごしトマト) トマトピューレ 700g 800g
 - パセリ 適量
 - ニンニク 二つ
 - 仔牛の薄切り肉 8枚
 - 胡椒 適量
 - ペコリーノチーズ 薄切り 適量
 - 豚ばら肉 8枚
- トマトソース
 - オリーブオイル 適量
 - 塩 適量
 - 玉葱 一つ
 - 白ワイン カップ半分
 - 胡椒 適量
 - ローリエの葉 一枚

このレシピに使用された材料:



下準備

1. もし仔牛の薄切り肉が厚いようだったら、オープンシートに挟んで叩いて薄くなるようにしてください。パセリとニンニクはみじん切りしておきます。
2. 仔牛の薄切り肉一枚をまな板の上に広げ、中心にみじん切りにしたパセリとニンニクを適量のせ、薄切りのペコリーノチーズ数枚と胡椒少々、豚ばら肉を一枚のせ、はじからきつくロール状に巻いていきます。タコ糸で止めて、残りも同じように巻いて糸で止めます。
3. 玉葱を細かくみじん切りにし、オリーブオイルを引いたフライパンで炒めます。そこへ少量の水を入れ、弱火で火を入れます。そこへロール状にした仔牛肉とローリエを一枚加え、強火にし肉の全ての面に火を通します。白ワインを加えてアルコールをとばし、トマトピューレとお玉一杯分の水、塩胡椒を加え沸騰するまで強火にかけます。沸騰したら弱火におとし、蓋をして約2時間たまにお肉の位置を変えてじっくり煮込んでいきます。トマトソースにとろみがつき、お肉が柔らかくなったらタコ糸を取り除いてお皿に盛り付けて出来上がり。