

2色のソースで食べる 牛肉のプチグリル

【材 料】 2人分（4個）

牛こま切れ肉	120g
クリームチーズ	2個（Kiri使用）
スライスアーモンド	15～20g
レーズン	20粒程度
塩・黒こしょう	各少々
付け合せ用野菜	適宜



〈チョコレートソース〉

ハイカカオチョコレート	10g
（チョコレート効果86使用）	
赤ワイン	小さじ2
水	小さじ2
塩	少々

〈マスタードソース〉

マスタード	小さじ1
甘酒	小さじ1
マーマレードジャム	小さじ1

【下準備】

180℃に予熱したオーブンで、スライスアーモンドを8～10分ローストします。

【作り方】

- ① 牛こま切れ肉は粗く刻み、クリームチーズは2等分に切ります。
- ② ラップに1/4量ずつ①の牛こま切れ肉を縦長にひろげ、塩と黒こしょう少々で下味をつけます。
- ③ ②にスライスアーモンド、その上に①のクリームチーズを1切れ、レーズンを4～5粒のせたらクルリと包みます。（この時、ラップを利用すると包みやすく、形も整えやすいです。）
- ④ ココットプレートに③を並べて蓋をし、グリルに入れたら【ココットプレート/9分】に設定して点火します。
- ⑤ ソースを作ります。
～チョコレートソース～
小さい耐熱皿に赤ワインと水を入れ、500W-30秒程度レンジ加熱し、アルコールを飛ばします。ハイカカオチョコレートを割り入れたら混ぜながら溶かします。塩少々で味を調べて完成です。
～マスタードソース～
容器にマスタード・甘酒・マーマレードジャムを入れて混ぜたら、完成です。
- ⑥ ④が焼き上がったら、付け合せの野菜と2種類のソースを添えて完成です。