

猪フィレ肉のカルパッチョ



☆材料（5人分）

- ・猪フィレ肉（シカ肉でもOK）
（ロースの芯など脂がない部位を活用）
……………500g
- ・塩、コショウ……………少々
- ・ガーリックパウダー…適宜
- ・ベビーリーフ……………適宜

ソース

- ・フレンチドレッシング……………100cc
- ・卵黄……………3個分
- ・ニンニク（煮て裏ごし）…大さじ1
- ・塩、コショウ……………少々

☆作り方

- ① フィレ肉は半分の長さに切り、塩、コショウをし、ガーリックパウダーをふって、ジップロックに空気を抜く。
- ② 80℃～90℃の湯煎で、30～40分加熱する。
- ③ 中心まで火が通ったら、氷水に袋ごと冷やす。
- ④ ソースの材料をボウルに混ぜ合わせ、湯煎でとろみがつくまで絶えず混ぜる。
- ⑤ ①を薄くスライスし、皿に盛りベビーリーフを添え、ソースをかける。

☆シェフのワンポイントアドバイス

- ・ニンニクは、牛乳と水を同量加えて煮ると、きついニンニクの香りが抑えられます。