



LOW TEMPERATURE  
COOKING



LOW TEMPERATURE  
COOKING

## Roast pork

ローストポーク

### 【設定】

🌡️ 63℃

🕒 120分

### 【材料】

豚肩ロース	500g
塩(肉重量の1%)	5g
こしょう	適量
オリーブオイル	20g
ローズマリー	1本

<ハニーマスタードソース>

粒マスタード	50g
はちみつ	30g
白ワイン	25g
塩	適量

### 【調理手順】

～下準備～

<ハニーマスタードソース>の材料を鍋に入れ、混ぜながら火にかけます。

- ① 豚肉に塩・こしょうを振ります。
- ② 熱したフライパンにオリーブオイル(分量外)を入れ、汁気を切った豚肉にしっかりと焼き目を入れます。
- ③ ブラストチラー等で荒熱を取ります。
- ④ オリーブオイル・ローズマリーと共に真空袋に入れます。
- ⑤ スービットクッカーで63℃・120分加熱調理します。
- ⑥ 真空袋から取り出し、汁気を切り、熱したフライパンにオリーブオイルを入れ、表面を焼きます。
- ⑦ 盛り付けてマスタードソースをかけます。



MOVIE

