

## Tranche de boeuf griller accompagne de gratin d'aubergine et tomates pomme de terre sauce mayonnaise a la moutarde de meaux

「牛腿肉イチボ グリエ 茄子とトマトのグラタンパルミジャーノ

じゃがいも粒マスタードソースマヨネーズ添え」



(4人分) 牛腿肉イチボ厚切り 400g 茄子4本 トマト2個 にんにく 1/2片 玉ねぎ 1/4個 じゃがいも  
4個 パルミジャーノレジャーノチーズ・EXV オリーブオイル・タイム・ローリエ・バジル・塩・コショウ適量  
\*ソースマヨネーズ 卵黄1個 粒マスタードスプーン2 白ワインビネガー10cc EXVオリーブオイル150cc  
塩・コショウ適量

1. 牛腿肉は厚めに切る。茄子はヘタを落とし縦にハーフに切り、置いた時に安定するように皮面を少しカットする。にんにくと玉ねぎはそれぞれみじん切り、トマトは湯剥きして賽の目に切る。
2. じゃがいもは塩茹でもしくは蒸し器で蒸して、皮を剥き食べやすい大きさに切り、ボールに入れ塩をふる。
3. 鍋にオリーブオイルを入れ火にかけ、1のにんにくを炒め、香りが立ったら玉ねぎを加え炒め、トマトとタイム・ローリエ・塩・コショウを加え、弱火で十分に煮詰めてトマトフォンデュを作る。
4. フライパンを熱しオリーブオイルを入れ、1の茄子のハーフに切った面から焼き、裏返して両面焼き塩・コショウし、オーブン用バットまたはグラタン皿に切れ面を上にして並べる。
5. 4の茄子の上に3のをのせ、削り下ろしたパルミジャーノレジャーノチーズをかけ、200℃に熱したオーブンで焼き上げる。
6. グリル板を火にかけ十分に熱する。1の牛肉の両面に塩・コショウし、EXVオリーブオイルを全面に塗り、熱したグリル板で焼き網目模様が付く様に、まず片面からグリルする。肉を返して裏面もグリルし、好みの焼き加減に仕上げ、バットに取り出して温かい所で肉を休ませる。
7. ガラスのボールに、常温の卵黄・粒マスタード・白ワインビネガー・塩・コショウを入れ、ホイッパーでかき混ぜながら EXV オリーブオイルを少しづつ加え合わせ、粒マスタードソースマヨネーズを作る。
8. 皿に2. 5. 切り分けた6を盛り、7とバジルを添える。

### MEMO

牛肉の脂が少なく旨味鉄分豊富な腿肉、中でも柔らかくジューシーで上等な部位イチボをシンプルにグリエしていただきます。夏らしく茄子とトマトを活かし、粒マスタードを効かせサッパリとボリューム満点の一皿です。

