

猟師風カツレツ Jägerschnitzel

カツレツ…といえば衣をつけて揚げたものが思い浮かびますが、もっと簡単で作りやすいものもあります。茸のさっぱりソースが美味しいシュニッツェルです。



材料

ステーキ用子牛肉(なければ豚のヒレ肉) 150g * 4 人分(600g)

セロリ 100g

人参 1 本

タマネギ 1 コ

エシャロット 1 コ

マッシュルーム又はお好みの茸 200g

バター 80g

白ワイン 25cc

スープブイヨン 25cc

トマトピューレ 大さじ 1

ケイパー又はマスタード 小さじ 1

パセリ 大さじ 1 小麦粉・塩・黒こしょう

作り方



1) 肉は叩いて繊維を伸ばし、柔らかくしてから塩・こしょうで軽く味付けをします。肉には、軽く小麦粉をまぶしておきます。



2) セロリ・エシャロット・にんじん・たまねぎはみじん切りにします。茸類は、大きいものだけ切る程度で良いです。切った野菜類を鍋でバター半量(40g)を使い炒めます。



3) 野菜を炒めている間に、肉も焼きます。焼く時は、(2)の残りのバターで。お肉は、火が8割通るくらいまで焼きましょう。



4) 肉を焼き終わったら、出た肉汁にワインとスープブイオンを加えます。更にトマトピューレ・マスタード(ケイパー)、塩・こしょうで味を整えます。
5) (3)で炒めた野菜を加え、焼いておいた肉も一緒にソースの中でしっかりと火を通して出来上がりです。仕上げにパセリを軽く添えます。

衣を付けない、茸をつかったシュニツェルです。本当は子牛の肉を使うのですが、日本ではなかなか手に入らないため豚のヒレ肉で代用しました。また、これではトマトソースですが生クリームや牛乳を使ったホワイトソース版もあるそうです。