

ぐるなび

Premium Meal Kit

プレミアムミールキット



TACUBO 田窪氏監修

チョップドハンバーグとカチョカヴァッロチーズのソテー レンズ豆のサラダ添えのミールキット

今回のチョップドハンバーグは、育て方まで厳選された牧場で子牛を何頭も産んだ黒毛和牛の経産牛。通常は単体でもステーキにするような背中側の肉を盛り込みました。大切な素材を最上のもので届けるべく、肉を焼いた時の香ばしいメイラード反応の味わいを強化するために、玉ねぎも旨味がでるまでしっかり炒め、パン粉も通常よりもより深い色と香ばしさが出るまで焼き上げています。それぞれの素材と工程に一切の妥協なく、ひとつひとつおいしさを積み上げた「TACUBO」渾身のチョップドハンバーグです。



TACUBO

田窪 大祐 シェフ

たくぼ・だいすけ●1976年愛媛県生まれ。高校卒業後、調理師専門学校を経て【アル・ソリト・ポスト】や【アロマフレスカ】等で修業を積む。30歳で東京・広尾に【リストランティーン バルカ】をオープン。その後、移転を経て、2016年オーナーシェフとして薪の焼き床を備えた【TACUBO】を恵比寿に開く。2021年2月バーガー専門店【バーガーボリス】、同年12月【ドルチェ・タクボ】をオープン。自ら産地に足を運び、生産者とのつながりと素材を大切にイタリア料理を提供する。



TACUBO

薪の豪快な炎と繊細なゆらぎを肉にまよわせる、肉焼きイタリア料理店。席はわずか8席のカウンターと個室が2つ。毎月1日、予約開始と同時に翌月の席が埋まってしまうため、翌々月までの予約を受け付けるようになったが、3か月先の席がすぐに満席になる超予約困難店。『ミシュランガイド東京2017』（2016年発行）以来、6年連続で一つ星として掲載。

TACUBO 田窪氏監修

チョップドハンバーグとカチョカヴァッロチーズのソテー レンズ豆のサラダ添えのミールキット

▶ 動画でポイントがわかる!

プレミアムミールキット
つくり方の動画はこちら

調理開始前に必ず1度ご視聴ください



調理時間 40分

(※解凍時間除く)

入っているもの (2人前)

<チョップドハンバーグ>
パティ 200g×2
デミグラスソース 100g

<マッシュポテト>
マッシュポテト 150g

<カチョカヴァッロチーズのソテー・レンズ豆のサラダ添え>
レンズ豆のサラダ 100g
カチョカヴァッロチーズ 40g
バルサミコソース 6g

用意するもの

オリーブオイル 大さじ1
小さじ1
レモン 1/4個
※レモン汁 小さじ1
塩 小さじ1/4

フライパン・蓋
ボウル
鍋 3個
氷水
フライ返し
キッチンペーパー
計量スプーン

事前準備

食材を解凍する。

前日から冷蔵庫に一晚(12~14時間)入れて解凍する。
当日解凍の場合は流水で20分~25分。パティがこねられそうなくらい柔らかくなるのが目安。生肉なので、流水解凍をする際にはお湯を使わないこと。
※解凍後はその日のうちに調理し、お召し上がりください。

1



【チョップドハンバーグ】 パティをこねる。

氷水を入れたボウルにパティをこねるボウルを重ねて、粘り気が出るまで手を握るようにしてしっかりこねる。

2



【チョップドハンバーグ】 パティを俵型に成形する。

▶ ポイント! 動画の2分45秒をチェック

よくこねたら、作る個数にざっくりとボウルの中で切り分けて成形する。俵型に成形し、表面をならして形を整え、片手から片手へ20~30回くらい軽く投げるようにして空気を抜く。大きさは長さ9cm、高さ3.5cm目安。

3



【チョップドハンバーグ】 表面を中火で焼く。

フライパンに小さじ1のオリーブオイルを引き、表面を中火で2分焼く。

4



【チョップドハンバーグ】 裏面を弱火で焼く。

裏返して蓋をし、弱火で10分焼く。

5



【チョップドハンバーグ】 再度表面を中火で焼く。

▶ ポイント! 動画の3分48秒をチェック

再度裏返して、中火で1分~2分焼く。火を止め、パティを取り出す。

6



【チョップドハンバーグ・ マッシュポテト】 マッシュポテトとデミグラス ソースを温める。

▶ ポイント! 動画の4分30秒をチェック

マッシュポテトとデミグラスソースを5分湯煎する。マッシュポテトを袋から取り出し、鍋に入れ軽く混ぜ弱火で一煮立ちさせる。お皿の真ん中にマッシュポテトを盛り付け、5のパティを乗せる。

7



【チョップドハンバーグ】 デミグラスソースをかけ仕上げる。

5のフライパンの焦げと肉汁をきれいにふき取り、6で温めたデミグラスソースを入れる。デミグラスソースが一煮立ちしたら火を止め、パティにかける。

8



【カチョカヴァッロチーズのソテー】 レンズ豆に味付けをする。

レンズ豆をボウルに入れ、オリーブオイル大さじ1・塩ひとつまみ・レモン汁(小さじ1(レモン1/4をしぼったもの))を入れ軽く混ぜる。

9



【カチョカヴァッロチーズのソテー】 チーズを焼く。

フライパンを温めカチョカヴァッロチーズを弱火で表面1.5分裏面1.5分焼く。

※焼いたカチョカヴァッロチーズは固くなりやすいので、食べる直前に仕上げる。

10



【カチョカヴァッロチーズのソテー】 レンズ豆とチーズを盛り付ける。

お皿に8のレンズ豆を乗せバルサミコ酢をまわしかける。その上に9で焼いたカチョカヴァッロチーズを乗せる。

くらび

Premium Meal Kit

プレミアムミールキット