

よろず

ピエモンテの郷土料理。肉と魚の絶妙なコンビネーションの王道アンティパスト！！

王道レシピ

Vitello Tonnato



①ローストビーフ

◆材料（5～6人前）

仔牛肉（上もも肉またはフィレ）	500g	
白ワイン	200cc	
ニンニク	1かけ	
オリーブオイル、塩、こしょう	適量	
A	にんじん	2本
	セロリ茎	2本
	ポロネギ	1本
	ローズマリー	1枝
	ローリエ	3枚
	イタリアンパセリ	適量



1. 肉に塩、こしょう、ニンニクを擦り込んでおく。
2. オーブンを180度に予熱する。
3. 鍋、又はフライパンにオリーブオイルを熱し、強火で肉の表面に焼き色をつける。（鍋、フライパンはオーブン対応のものが望ましい）
4. 3を火からおろしAの材料を加え（オーブン非対応鍋の場合は天板、もしくは耐熱容器に肉を移し替える）、白ワインを上から回しかけ、オーブンで30分焼く。
5. オーブンを150度に下げ、アルミ箔で蓋をして、更に30～40分焼いた後、火を止め、オーブンの中で冷ます。



②マヨネーズ

◆材料（出来上がり約120g）

卵黄	2個
白ワインビネガー	大さじ1杯
油（ひまわり油、サラダ油等）	120cc
塩、こしょう、砂糖	少々

1. 卵を室温にしておく。
2. ボウル（金属製は避けた方がよい）に卵黄、酢、塩、こしょうを入れ電動ミキサーまたは泡立て器でよく混ぜる。
3. 2に油を少しずつ糸状に垂らして加え、トロツとするまでよく混ぜ合わせる。
4. 最後に砂糖を加えて酢の酸味を調整する。



③ツナソース

◆材料

A	ツナのオイル漬（中身だけ）	250g
	アンチョビのオイル漬（中身だけ）	20g
	ケッパー	小さじ1杯
	イタリアンパセリ	大さじ2杯
	スープ	50cc
	マヨネーズ	120g
	レモンの絞り汁	少々
	黒こしょう	適量

1. ツナのオイル漬、アンチョビのオイル漬はオイルを切って中身だけ使用する。
2. スープは焼上がったローストビーフの肉汁を漉したものを使用する。
1. Aの材料をフードカッターで攪拌する。
2. 1にマヨネーズを混ぜ、レモンの絞り汁、黒こしょうで味を整える。

④仕上げ

1. ローストビーフを薄く切り皿に並べ、ツナソースで覆いケッパーを散らす。
2. お好みで、ピクルス、グリーンサラダ、トマト等を飾るとよい。
※肉はローストでなく香味野菜と白ワインを加えて茹でてよい。
※早めに作ってよく冷やしてお召し上がり下さい。

