

<RECIPE#038>

ハニーローストマスタードラム



ingredients (2人分)

- | | |
|-----------------|-----------|
| ・ ラム フレンチラック | 2本 |
| A | |
| ・ スープ | 1 / 2 カップ |
| ・ 塩、こしょう | 少々 |
| ・ しょう油 | 小さじ 1 |
| ・ 白ワイン | 大さじ 2 |
| ・ マイユディジョンマスタード | 大さじ 2 |
| ・ はちみつ | 小さじ 1 |
| ・ 水菜 | 適量 |
- (はちみつソース)
- | | | | |
|------|-------|---------------|-------|
| はちみつ | 小さじ 1 | マイユディジョンマスタード | 小さじ 2 |
|------|-------|---------------|-------|

recipe

1. ラム肉はAの調味料に30分以上つけ込む。
2. 水菜はよく洗い、ザルにあげて水気を切る。
3. 200℃に温めておいたオーブンで15分～20分ラムを焼く。
4. ポールにはちみつソースを作る。
5. 皿の上に水菜を乗せ、焼きあがったラム肉にはちみつソースを塗る。

Yasuyo Kawasaki