

牛スジ入りハンバーグ



牛スジ煮込み書いたついでに、牛スジハンバーグも紹介します。これは思いついて作ったものですが旨かったです。男の料理としては、はじめてちょっとした調理器具を使います。肉をミンチにする「ミンサー」です。値段も千円ちょっとですので、何かと重宝するので買いました。スネ肉かバラ肉などの安いところと、湯がいてアクをとった牛スジを見た目、半量ずつミンチにします。自分でミンチにすると何か料理が上手になったような気分にもなれます。

自分で挽くと、マーケットで買ったものよりも数段ウマイように感じます。コーヒー豆やソバも挽きたてが旨いですがものね。牛スジをミンチにすると長く煮込まなくても、あら挽きウインナのようにツブツブ感が嬉しいハンバーグができます。それに何ととっても、スジから出る旨味と脂が抜群の風味を添えてくれます。今までに食べたことのない味と食感にビックリしますよ。



＜作り方＞

- ① 牛スジを湯がいてサッと火を通し、その後、取り出して水でアクを流します。
- ② 玉ねぎをみじん切にして、スジを煮た残り汁（アクをとったもの）で茹でて、冷ましておく
玉ねぎは軽く絞っておく。炒めるのが本当なんですけど…。残り汁はソースに使います
- ③ スネ肉 or バラ肉とスジをそれぞれミンチにする。程よい脂も必要です
- ④ ボウルに挽き肉・挽きスジ・パン粉・玉ねぎ・溶き卵・塩・黒胡椒を適宜入れて手で混ぜる
- ⑤ ボウルの中で粗く 2～4等分に分け、両手でぺたぺたしながら成形します
- ⑥ 中火位で片面を焼き、ひっくり返して、さっきの半分くらいまで焼く
(フタをして焼くと、ふっくらと仕上がります)
- ⑦ ハンバーグを皿に取り、フライパンに②の汁を適宜入れ、酒とソースを入れて煮詰める
- ⑧ 煮詰まる寸前で、焼き残しの側のハンバーグを下にして戻し、絡めながら火を通す
- ⑨ 皿に盛りつけ、ソースをかけて出来上がり

⑦の酒とソースですが、先ずソースはとんかつソースか中濃ソースを使いますが、なければウスターでもいいのです。この場合は、甘めの日本酒＋黒糖でコクをだします。とんかつ・中濃ソースの場合は、シェリー酒などでもOK。白ワイン・赤ワインだって何でもいんです。酒の特徴をみて、砂糖の種類や量の調整すればいいんです。例えば沖縄っぽい味なら泡盛、中華なら紹興酒、なければ日本酒に中華香辛料をプラス。だいたいの結末は想像がつくので、今ある材料で作しましょう。また最近流行のソースカツやコロッケには、梅酒＋黒糖＋ウスターなんかをフライパンで混ぜ合わせると結構イケます。甘すぎる梅酒やとんかつソースしかなければ、砂糖を減らすのです。また私が紹介するようなザッカケ料理ではなく、繊細な日本料理には黒糖は合いません。まっ！こんな程度でも、そこそこのものはつくれるのデスヨ。ですが、これが偉大な第一歩となるのです。何のですって？ やってみれば分かりますヨ