\ Let's cook! /

作った写真を
はり付けてみよう

料理名

コメント

材料：4人分

- ラム肉（ロースト用）：1kg
- カルダモン：5個
- 星型のアニス：3個
- 黒胡椒：適宜
- タイム：少々
- ローズマリー：少々
- オリーブオイル：大さじ2
- レッドワイン：200ml
- ニンニク：2片

作り方

1. ラム肉に塩、黒胡椒、細かく切ったニンニクを擦り込む。
2. カルダモン、星型のアニス、タイム、ローズマリーを肉にまぶす。
3. オリーブオイルで全面をよくマッサージし、冷蔵庫で一晩マリネする。
4. 翌日、200°Cに予熱したオーブンで肉をローストし、途中でレッドワインを回しかける。
5. ラム肉が柔らかくジューシーになるまで焼く。