



# Toriyama's Dish

Produce by 鳥山畜産食品

## 赤城牛リブローズ【ホットプレート編】 トマホークステーキ焼き方

### 材料

- トマホークステーキ
- 油  
(オリーブオイルなど)
- 塩



### 用意するモノ

- ホットプレート
- バット(お皿など)
- アルミホイル
- トングなど

### お肉の豆知識

**+** **お醤油** ひと手間で絶品の一品!  
焦がし醤油が香る!  
脂身のカリカリ焼き

1. 脂身は焼く時に出る余分な脂をキッチンペーパーで拭き取りながら、カリカリになるまで弱火～中火で焼きます。
2. カリカリになった脂身に、醤油を回しかけ焦がし醤油の香りをつけてお召し上がりください。  
※余分な脂が残っていると醤油を入れた際、脂がはねる場合がありますので注意

**1** お召し上がりになる2～3日前に冷凍庫から冷蔵庫に移し解凍してください。

#### 解凍の注意点

- 冷凍された状態で常温(室温)への解凍では、解凍中に牛肉の旨みが抜けてしまいます。
- 冷凍された状態で調理を行うと、熱の入り方にむらができ焼きあがり均等にならない場合があります。

**2** お肉は調理する前に室温に戻してください。  
※30分～1時間が目安

**3** お肉をトングなどで立て、背中の脂から焼き始めます。  
※脂も美味しくお召し上がりいただける焼き方



**4** 脂がこんがり焼けたら、お肉をバットやお皿に移し、油を塗り、塩で下味をつけます。  
※塩はお肉の重量に対して1%が目安



**5** お肉の厚さがあるので、弱火(約150℃)で焼き始めます。



**6** 片面7分～8分、返して7分～8分、また返して7分～8分、また返して7分～8分焼きます。全体で約30分を目安に焼き上げます。

※片面をいっきに焼くのではなく、交互にゆっくりと火を入れる



**7** お肉を火から外し、アルミホイルで包み休ませます。  
※焼いた時間と同じ時間休ませる



**8** 骨から外し、食べやすい大きさにカットしてお召し上がりください。脂身が苦手な方は、脂身のみを切り取り、弱火～中火でじっくり再度焼いてください。

【お肉の豆知識参照】  
塩や胡椒、山葵などでも美味しくお召し上がりいただけます。





# Toriyama's Dish

Produce by 鳥山畜産食品

## 赤城牛リブローズ 【BBQ(炭火)編】 トマホークステーキ焼き方

### 材料

- トマホークステーキ
- 油  
(オリーブオイルなど)
- 塩



### 用意するモノ

- BBQセット  
(炭・網など)
- パット(お皿など)
- アルミホイル
- トングなど

### お肉の豆知識

**+** **お醤油** ひと手間で絶品の一品!  
焦がし醤油が香る!  
脂身のカリカリ焼き

1. 脂身は焼く時に出る余分な脂が落ち、火が出る場合がありますので注意してください。カリカリになるまでじっくり焼きます。
2. カリカリになった脂身に、醤油を回しかけ焦がし醤油の香りをつけてお召し上がりください。  
※余分な脂が残っていると醤油を入れた際に、脂がはねる場合があります

**1** お召し上がりになる2～3日前に冷凍庫から冷蔵庫に移し解凍してください。

#### 解凍の注意点

- 冷凍された状態で常温(室温)への解凍では、解凍中に牛肉の旨みが抜けてしまいます。
- 冷凍された状態で調理を行うと、熱の入り方にむらができ焼きあがりが均等にならない場合があります。

**2** お肉は調理する前に室温に戻してください。  
※30分～1時間が目安

**3** お肉をトングなどで立て、背中の脂から焼き始めます。

※脂も美味しくお召し上がりいただける焼き方



**4** 脂がこんがり焼けたら、お肉をパットやお皿に移し、油を塗り、塩で下味をつけます。

※塩はお肉の重量に対して1%が目安

**5** お肉が厚いので、炭で弱火の状態を作り、焼き始めてください。

※霜降りが多い部位なので、炭に脂が落ちて火が起きてしまう場合がある。その際は、火から外し離れた場所で焼く。火傷に注意



**6** 片面7分～8分、返して7分～8分、また返して7分～8分、また返して7分～8分焼きます。約30分を目安に焼き上げます。

※片面をいっきに焼くのではなく、交互にゆっくりと火を入れる



**7** お肉を火から外し、アルミホイルで包み休ませます。

※焼いた時間と同じ時間休ませる



**8** 骨から外し、食べやすい大きさにカットしてお召し上がりください。脂身が苦手な方は、脂身のみを切り取り、弱火～中火でじっくり再度焼いてください。

【お肉の豆知識参照】

塩や胡椒、山葵などでも美味しくお召し上がりいただけます。

