

magocoro
Recipe

「ソフミート」でつくる 焼肉

■材料(10人分)

・ソフミート牛 1P(500g)
・焼肉のたれ 適量



■作り方

- ①クッキングシートの上に解凍した「ソフミート」を絞り出し、ヘラで薄く延ばす。
1枚のカルビ肉の大きさになるように、筋目を入れる。(目安:1枚10g×50枚)
- ②①を約3~5分間蒸し、お好みで表面を炙る。
(コンビモード180℃、約3~5分間目安)
- ③焼肉のたれをかける。

