

CEZARS NEWS

News From Cezars Kitchen & Cezars Cafe

September, 2020



CEZARS CAFÉ now at the Red Planet Hotel in HIROSHIMA!

**広島のホテル内に
シーザースカフェがオープン！**

We are excited to announce that our Cezars Café is now serving delicious meals and café style food inside the Red Planet Hotel in Hiroshima-City! We take pride in serving fresh and nutritious breakfast freshly prepared by our passionate chefs to our customers every day! If you ever visit Hiroshima, please stop by the Red Planet hotel and experience Cezars Café!

シーザースカフェが広島市にある、レッドプラネットホテル内にオープンしました。おいしいお食事とカフェスタイルのごはんを毎日提供しております！シェフの情熱が注がれた、新鮮で栄養たっぷりの朝食を毎日お客様に召し上がっていただけることに誇りに思っております。広島を訪れる機会があれば、ぜひシーザースカフェにご来店ください！

SEPTEMBER'S SEASONAL FOOD 9月が旬の食べ物

We select and prepare the best seasonal foods in September (e.g. eggplants, sweet potatoes, pumpkins etc.)

These foods deliver the best seasonal flavors and further help increase the immune system of our students as they are rich in vitamins!

シーザースキッチンでは旬の食材を選び、お食事を提供しています。今月旬の食材は、なす、さつまいも、かぼちゃ等です。これらの食材は、ビタミンを豊富に含み、みなさんの免疫力を高めます！



Cezars Kitchen K.K

Ichigo Fushimi Bldg. 4F, 1-18-24 Nishiki, Naka-ku, Nagoya 460-0003 Japan

Tel: 052-229-8571 | Fax: 052-229-8590

cezarskitchenjp [Website: www.cezarskitchen.com](http://www.cezarskitchen.com) [Email: info@cezarskitchen.com](mailto:info@cezarskitchen.com)

CEZARSTM
KITCHEN

RECIPE OF THE MONTH:

今月のレシピ

Beef Bourguignonne

牛肉の赤ワイン煮込み

Ingredients (Serves 4)

材料 (4人前)

- 4 ml of Pure Olive Oil
オリーブオイル4ml
- 22 g of Bacon Block Smoked
(1/2 centimeter in size)
燻製処理をしたブロックベーコン22g
- 192 g of Beef Silverside (3 - 5-centimeter
cube cut)
牛もも肉192g (3~5cm大に切る)
- 32 g of Carrot (Cubed, trimmed, cleaned)
にんじん32g (さいの目切り)
- 48 g of Onion (Pealed, cubed, trimmed,
cleaned)
たまねぎ48g (さいの目切り)
- 10 g of Flour
小麦粉10g
- 1 g of Thyme whole
タイム1g
- 65 ml of Mon Frere Cooking Wine
Mon Frereの料理用ワイン65ml
- 100ml of Beef Jus
ビーフストック100ml
- 3 g of Tomato paste
トマトペースト3g
- 0.5 g of Knorr Consommé Beef
クノールビーフコンソメ0.5g
- 1 g of Bay leaves
ベイリーフ1g
- 4 Mushrooms (1/4 cut if large 1/2 cut if
small)
マッシュルーム4個 (1/4もしくは1/2に切る)
- 3 g of Margarine
マーガリン3g
- 0.5 g of Parsley (Freshly chopped garnish)
パセリ0.5g (みじん切り)
- 5 g of Garlic (Chopped)
にんにく(みじん切り) 5g
- Salt and Freshly-ground black pepper
塩こしょう



Directions

作り方

1. Heat the oil in a large heavy base pot.
オリーブオイルを厚底鍋に入れ温める
2. Sauté the Smoked Bacon over medium heat for about 3 minutes until crisp and browned.
スモークベーコンを焼き色がついてカリっとするまで3分ほど中火で炒める。
3. Remove the bacon with a slotted spoon to a separate container and set aside.
スロット付きスプーンでベーコンを取り出し、別の容器に入れる。
4. In the remaining oil / fat, sauté the carrots and diced onions until softened, (about 3 minutes), then add the minced garlic and cook for 1 minute.
残ったオイルで、にんじんと玉ねぎを柔らかくなるまで約3分炒め、みじん切りにしたニンニクを加えさらに1分炒める。



5. Return the Beef and bacon back into the pot, along with the tomato paste, and season with Salt and Freshly Ground Black Pepper.

牛肉とベーコンをトマトペーストとともに鍋に戻し、塩と黒こしょうで味付けする。

6. Sprinkle the flour into the pan, toss well and cook for 4-5 minutes until brown.

小麦粉を鍋にふるい入れ、よく混ぜる。
材料が茶色になるまで4～5分間炒める。

7. Pour the red wine into the pan, and allow to simmer for 4-5 minutes, then add the Beef Jus enough to cover the meat just barely.

赤ワインを鍋に注ぎ、4～5分間煮込む。その後、ビーフストックを肉がちょうど隠れるくらいの位置まで注ぐ。

8. Add in the Consommé Beef Powder, and the herbs.

ビーフコンソメとハーブを加える。

9. Cover and bring to a boil, then reduce heat to low and simmer for 1.5 to 2 hours, stirring occasionally until the meat is tender.

ふたをして沸騰させたら、弱火にして1.5～2時間煮込み、肉が柔らかくなるまで様子を見ながらかき混ぜる。

10. About 20 minutes before serving time: Heat the margarine in a skillet add in the remaining garlic and cook until fragrant about 30 seconds. Then add in the mushrooms, and pearl onions.

盛り付け20分前に、マーガリンをフライパンで加熱し、残りのにんにくを加えて香りがでるまで30秒程度炒める。きのこたまねぎも加える。

11. Cook for about 5 minutes, while moving from time to time to coat with the margarine.

マーガリンと食材を時々混ぜながら、約5分炒める。

12. Add the browned mushrooms to the beef and simmer for an additional 3 to 5 minutes, stirring occasionally to combine.

茶色のマッシュルームを牛肉に加え、時々かき混ぜながらさらに3～5分間煮る。

13. Garnish with Parsley and now it's ready to serve!

パセリを飾ったら完成です！

Did you know?

Julia Child, American cooking teacher, author, and television personality has described the dish as "**certainly one of the most delicious beef dishes concocted by man**".

知っていましたか？

アメリカのシェフ、作家、テレビ出演者のジュリア・チャイルドは牛肉の赤ワイン煮込みを「人類が調理する中で確実にもっとも美味しい牛肉料理のひとつ」と述べました。

