

自家製ロースハム

■材料 4本分■

豚ロース肉ブロック…2kg

★ソミュール液

水3L・塩150g・砂糖30g

ブラックペッパー…15g

唐辛子・ナツメグ・ローレル…適宜

たまねぎ・にんじん・セロリ・

にんにくなどの香味野菜

鍋に材料を入れて

煮出し野菜を取り除く

冷ました液に豚肉を漬け込んで

一週間以上冷蔵庫でねかせる



①ソミュール液から肉を出し
流水に1時間漬けて塩分を抜く
水分をよくふき取っておく



②一旦300℃に暖めた石窯が
150℃くらいに冷えるまで待つ
温度計で確かめながら100℃～
150℃で3時間くらい焼く



③石窯の下段からスモークウッド
を入れ 熏煙を付ける



④こんがり焼けるように
途中でひっくり返す



⑤肉中心温度計を刺してみても
63℃以上になっていれば
できあがり

- memo -

Point

- ・ソミュール液はベーコンと同じ配合でOK
- ・石窯の温度が下がるのには時間がかかるので ピザパーティの後でゆっくり焼くといいかも
- ・豚肉の菌は63℃で死滅する ここをクリアすればそのままスライスしてOK
- ・オードブルやサラダに 添加物・着色料なしの美味しいハムを召し上がれ！

