

大卒後に料理の道を志し、4年間のフランス修業、コートジボアールの日本大使公邸勤務を経て1997年、自らの名を冠した「レストラン・ミツ」を故郷に開店。地元食材を使って「理にかなった、本物のフランス料理」を提供する。

石川光博さん
(富士宮市)



富士山麓で育った豚や牛などを重宝する。12月から3月にかけては伊豆産の鹿肉も積極的に使う。冬場は野鳥獣料理「ジビエ」の季節だからだ。「狩猟民族のフランス人にとっては肉料理の原点」といっ。

<鹿肉> 肩とロース 調理法変えて

肩、ロース、モモ。部位それぞれに調理法が違う。少し硬めの肩肉は現地で「シベ」といわれる赤ワイン煮にする。ニンニク、セロリなどの香味野菜と一緒に赤ワインに漬けて一昼夜。いったん取り出して表面を焼き付け、約3時間煮込む。脂身がほとんどないため、ナイフを入れるとほろほろと崩れる。食感はまるで蒸し煮のようだが、野性的な風味が口中に広がる。

同じ皿にロースのソテーも盛る。火が入りすぎないように3センチの厚切りにし、ミディアムレアで仕上げる。ソースの素材は富士宮産の菊芋やブルーベリー。歯ごたえを残した分厚い肉を、なめらかで少し酸味のあるソースが包み込む。

「ジビエにはロマンと神秘がある」。伝統的な調理法でその文化を普及させようと、情報発信に励む。



レストラン・ミツ 富士宮市小泉2343の102。問い合わせは△電0544(22)4439へ。

鹿肩肉赤ワイン煮込みとロース肉
ソテーの菊芋ピューレ添え

