

第1回 きくいもオリジナルレシピ・コンテスト 最優秀賞グランプリ受賞作品
Bouillon de volaille de FUJIKOSHAMO topinambours et legumes d'hiver
de nos paysans accompagne de tartine au topinambours

「菊芋と冬野菜 富士小軍鶏のブイヨンスープ 菊芋トースト添え」



(4人分) 菊芋 200g 長ねぎ 1本 大根 1/6本 にんじん 1本 ごぼう 1/2本 かぶ 1個
白菜 3枚 にんにく 1/4片 富士小軍鶏 1羽 (1kg) バゲットスライス 4枚 EXV オリーブオイル・塩・コショウ・パセリ・タイム・ローリエ適量

1. 菊芋の 1/5 量は小賽の目に切り、残りは食べやすい大きさに切る。(皮つきのまま)
2. にんにくはこま切れ、他の野菜は食べやすい大きさに切る。
3. 富士小軍鶏は首と胸にある V 型の小骨を取り、形よく糸で縛る。
4. 鍋に 3 を入れ、ひたひたの水を加え火にかける。
5. 一沸かししアクをとり、1 の大きく切った菊芋と、かぶと白菜を除いた 2、塩・タイム・ローリエを加え、弱火で 30 分煮る。
6. 5 にかぶと白菜を加え、10 分煮る。
7. 1 の賽の目切りの菊芋は、塩・コショウ・パセリのみじん切り・EXV オリーブオイルで合える。
8. バゲットスライスはオーブンでカリカリにトーストし、冷まし、7 をのせる。
9. 6 の小軍鶏を取り出し、手羽・胸・腿を切り分け、深皿に盛る。
10. 鍋のスープの味を塩で調え、野菜を 9 に盛り、スープを入れる。8 を添える。

MEMO

菊芋と富士山麓の冬野菜を、富士小軍鶏と一つの鍋で贅沢に味わえるブイヨンスープ仕立てです。県の中小家畜研究センターが開発し、地元の青木養鶏場（チキンハウス青木）が飼育する、この小型の新地鶏は丸ごと調理に最適です。自然な料理で健康に、しかもコクのあるダシのうまみも楽しめます。シャキシャキ、カリカリのトーストと一緒に、山麓のヘルシーな恵みを、おしゃれにいかがですか。もっと気軽に、鶏腿正肉 400g で調理しても美味しいです。

ふじのくに食の都づくり仕事人 Restaurant Mitsu 石川光博