料理教室 西洋料理アカデミー

第49回 西洋料理アカデミー　　Février. '10
Restaurant Mitsu

実家の畑の九条ねぎと、富士の鶏ともも肉の「Water201」ウーテルリイ
（4人分）
とりもも600g、にんにく1/4片、長ねぎ2本、にんじん1本、セロリ1/2本
玉ねぎ1/2ケ、卵黄2ケ、生クリーム150cc、ローリエ、パセリ又はセロリの葉適量

① 厚手の鍋で、両面に塩、コショウしたとりももをオリーブオイルで皮面よりソテー。
② 程よく焼けたら肉を返し、軽く火を入れ鍋よりとり出す。（焼き色をつけすぎない様に）
③ ②の鍋で、細切れのにんにく、千切りの長ねぎ、にんじん、セロリと、スライスした玉ねぎをソテーする。
④ 肉を②に戻し、少量の水、ローリエを加えふたをして煮込む（ブレゼ）。（煮汁が少ない様なら様子をみながら水をたす。）
⑤ 火が入ったら肉と野葉をそれぞれとり出し温めておく。
⑥ 煮汁を別の鍋に濾し沸かす。
⑦ ボールで卵黄と生クリーム、塩、コショウをよくかき混ぜる。
⑧ 一度火を止めた④の鍋の煮汁に⑦を加え、ホイラでたえずかき回し、弱火でさっと火を入れる。
⑨ パセリ又はセロリの葉の乱切りを⑧に加え、味を整える。

とりもも肉と、野菜を皿に盛り、仕上げたソースを全体にかける。
好みで茹でたじゃがいもを添えてもよい。

memo ベルギーでメジャーな料理。もともとは魚のスープをヒントに鶏料理として生まれたとか。うまみを卵黄と生クリームの濃厚な味つけで味わうクラシックな一品。ワインと楽しむなら果和な白ワイン。ブルゴーニュのマコンとか、アルザスのゼルヴァなどいかが。

毎月
第2月曜日　18:00～20:00
第3火曜日　11:00～13:00
レストラン・ミツにて