第51回 西洋料理アカデミー　　Avril. '10
Restaurant Mitsu

salade de campagne gourmande.
サラダ カンパーニュ グルマン
田舎風 具だくさんの 山盛りサラダ

豚バラ燻製(ベーコン)、鶏レバー、心臓、砂肝、卵、サニーレタス、リーフレタス、ルッコラ、クレソン、トマト、チーコン、マッシュルーム、にんじん、かぶ、玉ねぎ、じゃがいも など、　イタリアンパセリ、チャイブ
赤ワインビネガー、EX.オリーブオイル

① ボールに赤ワインビネガーを入れ 塩、コショウし ホイッパーで混ぜ、ビネガー1に対し、4のEX.オリーブオイルを加えながら混ぜ、ビネグレットソースをつくる。

② 卵はしっかりボールにわり、塩、ビネガーを入れ沸かした湯に静かに入れ、弱火で白身がかたまるまで火を入れ、冷水にとり、冷えたら、クッキングペーパーの上で水気をとる。(黄身はとろける状態に火を入れる)

③ じゃがいもは塩茹でし、皮をむき、冷まし、適当の大きさに切り、塩、コショウ①のビネグレットソース適量で合える。

④ 玉ねぎはスライスし、水にさらし、水気を切り、マッシュルームはスライス、他の野菜は水洗いし、食べやすくきれいにカットする。

⑤ 豚バラ燻製(ベーコン)は、食べやすい大きさに切りソテーする。

⑥ 鶏レバー、心臓、砂肝は、余分なスジなどをとり、適当の大きさにカット、塩、コショウをきかせ、フライパンを熱し、オリーブオイルでソテーする。

⑦ サラダの葉もの は、ちぎって水ですすぎ、よく水気をきったものを、ボールに入れ、塩、コショウ ①のビネグレットソースで合える。

⑧ 皿に⑦、③、②、⑤、⑥、④を彩よく盛りつけ、卵と野菜に塩をし、全体にビネグレットソースをふりかけ、イタリアンパセリ、チャイブを飾り、仕上げる。

memo ビネグレットソースは多めに作り、ワインの空ビンなどで常温で保存可。
卵も入った具だくさんのサラダ料理に、まろやかな酸味の白、マコンとか、野菜の味を楽しむのに酸味が少ない辛口のプロヴァンスの白ワインもいかが。

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