

## ふじのくに食の都づくり仕事人ステージ

2019 2月24(日) 「ふじのくに食と花の都の祭典」 フラサヴェルテ 沿津

### Cuisse de volaille FUJI et champignon FUJI braiser

#### 「富士の鶏腿肉とシャンピ富士のフれぜ ビネガー風味」



(4人分) 鶏腿肉 480g マッシュルーム8個 にんにく1/4片 玉ねぎ1/2個 セロリ1/4本 白ワイン  
ビネガー15cc 塩・コショウ・タイム・ローリエ・ローズマリー・オリーブオイル適量

1. 鶏腿肉は大きめに切る。にんにくはみじん切り、マッシュルーム・玉ねぎ・セロリは薄切りにする。
2. 鶏腿肉の両面に塩・コショウし、厚手の鍋を熱し、オリーブオイルで皮面からソテーし、香ばしくきつね色に焼けたら肉を返し、軽くソテーし、一旦鍋から取り出す。
3. 2の鍋にオリーブオイルを加え、1のにんにくを炒め、他の野菜も入れ炒め、塩・コショウする。
4. 3に2を戻し、ハーブと白ワインビネガーを加え、蓋をして弱火で肉に火を入れる。(10分程)
5. 肉を皿に盛り、鍋の具と汁の味を塩で調え、肉に添える。

\*お好みでじゃがいものソテー、にんじんのグラッセ、青菜等を付け合わせとする\*

#### CHEF から

青木養鶏場「富士の鶏」と、長谷川農産「シャンピ富士」、どちらも「しずおか食セレクション」認定の、富士山麓こだわりの産物です。

地域の素晴らしい食材と仕事人の技を活かし、フレッシュなハーブも効かせ、健全で美味しい富士山麓 キュイジーヌでおもてなし。

鶏肉の皮面を香ばしくソテーしてから、火を入れるのが調理のポイント。鶏肉とマッシュルームと野菜からのうま味に、ワインビネガーの酸味が味わいをよりシャープに引き立てます。

ふじのくに食の都づくり仕事人 マエストロシェフ Restaurant Mitsu 石川光博





調理実演  
富士の鶏モモ肉と  
シャンピ富士(マッシュルーム)の  
ピネガー風味

材料 (4人前)  
鶏モモ肉...480g / マッシュルーム...8個 / にんにく...1/4片 / たまねぎ...1/2個  
セロリ...1/4個 / 白ワインピネガー...15cc  
塩・コショウ・タイム・ローリエ・ローズマリー・オリーブオイル...適量

- 1 鶏モモ肉は大きめに切る。にんにくはみじん切りにし、マッシュルーム・玉ねぎ・セロリは薄切りにする。
- 2 鶏モモ肉の両面に塩・コショウをし、厚手の鍋を熱してオリーブオイルで表面からソテーし、香ばしくきつね色に焼けたら肉を返し、軽くソテーし、一旦鍋から取り出す。
- 3 2の鍋にオリーブオイルを加え、1のにんにくを炒め、他の野菜も入れ炒め、塩・コショウをする。
- 4 3に2を戻し、ハーブと白ワインピネガーを加え、蓋をして弱火で肉に火を入れる。(10分程)
- 5 肉を皿に盛り、鍋の具と汁の味を塩で調え、肉に添える。

POINT  
お好みでじゃがいものソテー、にんじんのグラッセ、青菜等を付け合わせとす。

石川 光博  
[Restaurant Mitsu]

ミシュラン三ツ星の「ミッシェル・ゲラム」をはじめ、5つの星付き店で研鑽を重ねる。1995年には、アメリカ・コートジボアール日本大使の公邸料理人に着任。さらに、1997年に旅館・富士宮ホテルでRestaurant Mitsuを開業。

