

平成 21 年 9 月 17 日

川俣シャモ鶏研修会 様

15名

16:30より

調理実習

大根おろし川俣シャモ蒸し鶏

川俣シャモ鶏の野菜ロール

川俣シャモ鶏の和風ミネストローネ

試食会

大根おろし川俣シャモ蒸し鶏とシャモ鶏のあられ揚げ

川俣シャモ鶏の和風ミネストローネ

焼き鶏の中華サンド

川俣シャモ鶏のモモ肉のコンフィ

川俣シャモ鶏の自家農園舞茸のポン酢サラダ

焼きおにぎりの川俣シャモスープかけ

川俣シャモ燻製のアイスクリームと川俣シャモの皮蜂蜜ドライ

大根おろし川俣シャモ蒸し鶏

材料 (2人分)

川俣シャモモモ肉 1枚 塩、胡椒 各少量
大根おろし(軽く水気を絞って)
長葱(粗微塵切り) 1/2本分
ポン酢しょうゆ
酢 30cc、醤油 50cc、オレンジの搾り汁 15cc、ゴマ油 14cc

作り方

- ①鶏肉の塩、胡椒をふり、20分～30分置く。
- ②鶏肉の皮目を上にしてバットにのせ、大根おろしに長葱を混ぜて前面にのせる。
- ③蒸気が上がった蒸し器に②を入れて20分ほど蒸す。
- ④食べやすく切って器に盛り、お好みでポン酢しょうゆをかける。

川俣シャモ鶏の野菜ロール

(材料)

川俣シャモモモ肉 300g
塩 小さじ1 ユズゴマ 小さじ2
根三つ葉 4本 リーキ 15cm 1本
サヤインゲン 3本 牛蒡 1/2本
ソース
だし 8
濃口醤油 1
ミリン 1
塩 少々
片栗粉 少量

*ユズゴマ：すったユズ皮と半ずりの白ゴマを混ぜ合わせたもの。

*リーキ：だしを熱し、淡口醤油と砂糖を各適量加えて薄味に調え、リーキを煮て味を含める。煮崩れしないよう火加減する。

1. 鶏モモ肉は火が均等に通るように、観音開きにして厚さをそろえる。塩をふっておく。
 2. 巻き簾にラップを敷いて、モモ肉を広げ、ユズゴマをぬる。煮含めたリーキ、サヤインゲン、ゴボウ、根三つ葉を芯にしてモモ肉を巻く。
 3. 巻き簾を外し、ラップの両端をしっかりとしぼり、さらにアルミ箔で包んで蒸し器で20分間ほど蒸す。取り出してアルミ箔に包んだまま冷ます。
 4. ソースをつくる。だしを熱し。濃口醤油、ミリン、塩を加えて味を調え、水で溶いた片栗粉を加えてとろみをつける。
- ③が冷めたら切り出して盛りつけ④のソースをかける。

川俣シャモ鶏の和風ミネストローネ

材料（4人分）

じゃがいも	1個	人参	1本
玉葱	1個	蕪または大根	150g
カットトマト缶	200g（完熟トマトでも良い）		
ベーコン	50g	川俣シャモ鶏燻製	100g
出し	800cc	サラダ油	大さじ1
塩・胡椒			

作り方

- ① 野菜とベーコンを1cm角に切っておく。
- ② 鍋にサラダ油を熱し、ベーコンを炒める。ベーコンから油が出たら野菜を加え炒める。カットトマトも加えて更に炒める。
- ③ 出しを加え10分程煮込む。川俣シャモ燻製を焼いたものをほぐして入れ、更に数分煮込む。
- ④ 塩・胡椒で味を調えて、器に盛った後、みじん切りのパセリを散らして出来上がり。

試食会

大根おろし川俣シャモ蒸し鶏とシャモ鶏のあられ揚げ

川俣シャモ鶏の和風ミネストローネ

焚き鶏の中華サンド

川俣シャモ鶏のモモ肉のコンフィ

川俣シャモ鶏の自家農園舞茸のポン酢サラダ

焼きおにぎりの川俣シャモスープかけ

川俣シャモ燻製のアイスクリームと川俣シャモの皮蜂蜜ドライ

シャモ鶏のあられ揚げ

ささ身はそぎ切りにして塩と酒をふり、片栗粉をまぶしつけて、卵白をくぐらせ、あられをつけて香ばしく揚げる。

焚き鶏の中華サンド

材料 (6人分)

シャモ鶏もも肉	1 1/2 枚	酒	1/2 カップ
みりん	1/2 カップ	しょうゆ	1/2 カップ
砂糖	3/4 カップ	角食パン (厚さ 3mm)	12 枚
針ねぎ (白髪に切ったねぎを束ねて水に放ち、まっすぐにしたもの)	1/3 本分		
<A>			
赤だしみそ	50g	砂糖	50g
酒	大さじ 1		
練り辛子	適宜		

作り方

- ① 鶏もも肉は、皮面全体に金串で針打ちする。フライパンを熱して油少々を敷き、鶏肉の皮を下にして入れ、皮面の脂を焼き出してカリッとさせる。身のほうは焼き色がつく程度にさっと焼く（出た脂分はとっておく）。
- ② ①のフライパンに酒、みりんを入れて弱火に落とし、落としふたをして 3 分蒸し煮してから、しょうゆ、砂糖を入れ、さらに 5~6 分煮る。
- ③ 火が通ったら鶏肉をいったん取り出す。煮汁を弱火でとろっとするまで煮詰め、鶏肉をもどし入れてからめる。粗熱が取れたら、食べやすい大きさにそぎ切りする。
- ④ 食パンは、耳を切り落として横半分に切る。
- ⑤ ①の鶏を焼いて出た脂に A を混ぜ、弱火で練っておく。
- ⑥ 大皿に③④⑤と針ねぎを盛り合わせる。北京ダック風に食パンに具をのせ、みそ、練り辛子を塗って包み、いただく。

川俣シャモ鶏のモモ肉のコンフィ

材料

シャモ鶏もも肉(骨付き)	1枚
塩、肉の重量	1～1.2kg
サラダオイル2：オリーブオイル1	

作り方

- ① 骨付きの鶏もも肉を用意する。骨を除いたもも肉でも同じ要領でコンフィを作ることが出来る。
- ② 内側を上に向け、脂肪の筋よりも少しスネ寄り(下)のところで真下に切る。ちょうど関節で切り分けることが出来る。
- ③ 足先の周りに包丁を入れて皮と数本のけんを切る。きっておくと加熱した時にきれいに肉が分かれる。
- ④ 塩を振る。皮側は多めに、肉側はやや少なく振る。
- ⑤ しっかりとすり込む。
- ⑥ このまま一晩おく。
- ⑦ 真空の袋に鶏肉とオイルを入れて真空にする。
- ⑧ コンベクションオーブンに80℃で3時間スチームをかける。
- ⑨ ⑧を冷却し、肉を取り出し、フライパンを熱し、取り出した肉を皮側から焼いて、こんがり焼き色をつける。

川俣シャモ鶏の自家農園舞茸のポン酢サラダ

自家農園のキノコ類を焼いてほぐし、川俣シャモ肉と合わせてポン酢しょうゆを和える。

焼きおにぎりの川俣シャモスープかけ

材料 (できあがり 8L)

ひね鶏(老廃鶏)	1羽	玉ねぎ	2個(400g)
セロリ	1本(100g)	パセリの茎	10本
タイム	小2枚	ニンニク	3片
水	12L	鶏がら	10羽分
人参	2本(400g)	ポロねぎ	2本(250g)
ローリエ	1枚	丁字	2本
白粒胡椒	20粒		

作り方

下準備

- ①鶏がらはついている内蔵や脂をきれいに掃除して水で十分に洗う。
- ②人参、玉ねぎは 1/2 切り、玉ねぎは丁字を差込んでおく。
- ③ポロねぎは青い部分を切り落とし、白い部分は縦に切り目を入れ、葉の間の砂をよく洗う。
- ④パセリの茎、タイム、ローリエ、水洗いしたポロねぎの青い部分を糸で縛っておく。
- ⑤ひね鶏は内蔵を抜き、足先、頭、余分な脂を掃除しておく。

作り方

- ①鍋に鶏ガラを入れ、水を加えて強火にかけ、沸騰したら水に落として洗い、よごれをきれいに流す。
- ②マルミット（寸胴）に①の鶏ガラ、ひね鶏を入れ水を加えて強火にかける。沸騰したら弱火にし、アクをきれいに取る。
- ③②に野菜、香辛料を加え、ときどきアクを取りながら 3～4 時間煮る。
- ④③を目の細かいシノワカ布で漉す。・ 自家製スープ

川俣シャモ燻製のアイスクリームと川俣シャモの皮蜂蜜ドライ

材料

べこ乳	800 g	川俣シャモ鶏燻製	300 g
グラニュー糖	60 g	グラニュー糖	80 g
生クリーム(45%)	200 g	卵黄	3 個

作り方

- ①べこの乳にシャモ鶏燻製を入れて一晩冷蔵庫でねかせる。
- ②全ての材料を混ぜて鍋にベーコンの味の入ったべこの乳、生クリーム、グラニュー糖を入れて卵黄に火を通す。
- ③②を漉して冷凍庫に入れる。

川俣シャモの皮蜂蜜ドライ

川俣シャモ鶏の皮を 125℃のオーブンに入れ、脂を吸い取り、再度乾燥させる。その後、蜂蜜を刷毛でぬり、乾燥させて、適当な大きさに切って添える。