

good food!

食育 丸の内

SHOKU-IKU MARUNOUCHI TOKYO

丸の内シェフズクラブ PRÉSENTE

よろこをロートレックの食卓へ!

第2週 10.24[月]-10.30[日] 11:30-14:00

No. 6 2011 AUTUMN

秋の実りたっぷりセ・ボンな贅沢ランチ

Welcome to Toulouse-Lautrec's Kitchen!

ロートレックにゆかりのある、地域や食材、絵の色彩などイメージしたメニュー。そのレシピを大公開します!

3 宮崎ハマユウポークの とろとろ煮、ジンジャー風味 三色野菜のニョッキ

まるで絵の具のパレットのように色とりどりの楽しい一皿。4時間じっくり煮込まれた宮崎ハマユウポークがお皿の上で東京野菜と出会いました。まわりを囲むジャガイモのピューレにもソースをしっかりとしみ込ませて、やわらかなお肉とともに召し上がれ!



注目食材
「宮崎ハマユウポーク」



注目食材
「伊賀米」

●シェフからのメッセージ

僕の故郷宮崎が誇る宮崎ハマユウポークを、僕にとってフランスそのものである画家ロートレックに捧げます。

うまマイルドポイント!

上質なお肉とソースの相乗効果です。煮詰めることで凝縮し、香辛料のアクセントを効かせたソースが、柔らかく煮込まれた肉に染みわたります。

レストラン・モナリザ 丸の内店
(丸ビル36F)

河野透氏



●材料 (5人分)

- 材料A[とろとろ煮]: 豚肩肉...800g、生姜...20g、玉葱...1/5個、鶏のブイヨン...600ml、セロリ...1/2本、サラダ油...15cc、ローズマリー...1/3本、ポロ葱...1/4本、タイム...1本、セージ...少々
- 材料B[ソース]: フォンドボー...400ml、メース・白胡椒・ネズの実・コリアンダー・粉みょうが・トマトコンサントレ・塩...各少々
- 材料C[付け合せ]: ①野菜 (ブレン・ほうれん草・トマト)のニョッキ...各20個ずつ ②セミドライトマト (ミニトマト...7.5個) ③じゃがいものピューレ (メークイン...150g、牛乳...65g、バター...35cc、塩少々) ④生姜...少々、イタリアンパセリ...数枚

●作り方

- [とろとろ煮]: ①香味野菜を切って平鍋で炒める。②タイム、ローズマリー、生姜を加える。③豚肉とブイヨンを入れ沸かす。④材料Bの香辛料とフォンドボー、塩を加えて4時間煮込む。⑤肉が柔らかくなったら火を止め肉をとり出し冷ます。⑥煮汁を濾し器で濾して煮詰めソース用と肉を温める用に分ける。⑦付け合せを盛り付ける。【付け合せ】: ①ニョッキは茹でてバターとパルメザンチーズを加え、塩胡椒する。②トマトに塩胡椒・タイムをして150°Cのオーブンで焼く。③メークインを茹でて皮をむき裏ごし。鍋で温めた牛乳を入れてのばしバターを少しずつ入れて混ぜる。塩で味の調整。④生姜は千切り。イタリアンパセリは飾り。

4 三重・伊賀米の バレンシア風ライス (魚介と鶏肉の具たくさんパエリア)

海の幸には目のなかつたロートレックお得意の一品。貝と鶏から出るおいしい出汁を十分に吸い込んだお米は、ほんのり芯が残るアルデンテ。サフランの香りが食欲を刺激します。豪快でボリューム満点。ついおかわりしたくなる味、白ワインが飲みたくなる味です。



●材料 (4人分)

- 米...2合、あさり...200g、ムール貝...8個、エビ...100g、鳥モモ肉...100g、イカ...100g、玉葱...1/2個、赤黄ピーマン・サフラン...少々、レモンライス...4枚、鶏の出汁...200cc、白ワイン・塩・オリーブオイル・ニンニク・唐辛子・パセリのみじん切り...各適宜

●作り方

- ①鍋にオリーブオイルを敷き、ニンニクと鷹の爪を加え強火で炒め、あさり、ムール貝、白ワインを加える。少しアルコール分が飛んだら鶏のだしを加える。ここにサフランを加えて殻が空いたら火を止め煮汁を濾しておく。②浅型の鍋にオリーブオイルを敷き、みじん切りの玉葱を炒めてから鶏肉を加え軽く塩胡椒をする。更に米を加えよく炒める。1cm各の赤黄ピーマン・イカ・エビを加え、軽く塩胡椒をして①の煮汁と鶏のだしを加え沸騰したら160~170°Cのオーブンに蓋をして入れて12分たったら①の貝を入れさらに6分オープンにのける。③オープンから出したら7~8分蒸らす。④最後にレモンライスとパセリを乗せる。

●シェフからのメッセージ

ロートレックが育った土地は海の幸にも山の幸にも恵まれています。レシピのポイントは海の幸に加えて鶏肉が入ること。少し入るだけでゲンとおいしくなります。

うまマイルドポイント!

貝類のコハク酸、鶏肉のイノシン酸、2つのうま味成分が米を煮る間に引き出され、そのまま米に吸収される循環型うまマイルド。

ル・レモア
(新丸ビル5F)
柳館功氏



天候などの事情により、食材が一部変わる場合がございます。ご了承ください。

主催: 三菱地所株式会社 協力: 「味覚の一週間」、三菱一号館美術館、三重県伊賀市、静岡県伊豆市、宮崎県 後援: フード・アクション・ニッポン推進本部