

地元レストランシェフがおしえる

下野鶏のおいしいレシピ

講師／監修：牧野豊さん・秋山佳史さん〔本気家 源天 道の駅しもつけ店〕



道の駅しもつけ内 TEL 0285-37-7357
営業時間：11:00～22:00 定休日：第1・第3水曜

「とちぎ元気グルメ選手権」で見事初代グランプリに輝いた「本気家源天」の下野鶏レシピ！プレミアムな鶏肉「下野鶏」をよりおいしくいただくため2品のレシピを伝授していただきました。シンプルながら、プロの手順をしっかりと取り入れた本格メニューは、おもてなし料理としても活躍しそうです。



アドバイス ディアボロ(悪魔風)とは…イタリア語

重石をのせて焼く焼き方や、焼き上がった姿がマントを広げたように見えることから名付けられました。悪魔の仕業でおいしく焼き上がるという皮肉な意味も。



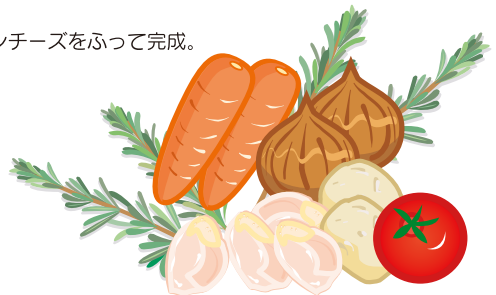
下野鶏と下野野菜たっぷりミネストローネ

【材料】4人分

- 下野鶏もも肉……………100g
- にんにく……………1片
- 玉ねぎ……………100g
- にんじん……………50g
- さつまいも……………100g
- パプリカ(黄)……………40g
- じゃがいも……………100g
- かぼちゃ……………100g
- キャベツ……………30g
- カットトマト
(湯むきしたトマト) ……400g
- ローリエ……………1枚
- コンソメスープの素……………1個
- オリーブオイル……………適量
- 水……………600cc
- パルメザンチーズ……………32g

【作り方】

- 1 もも肉、野菜を1cm角にカットする。
- 2 鍋にオリーブオイル、にんにくを入れ炒める。
- 3 香りが出てきたら、肉を入れ炒める。
- 4 焼き色が付いたら、Aを入れ、しんなりと透き通る位まで炒める。
- 5 Bを加え、火を強くする。
- 6 煮立ったら灰汁を取り、じゃがいも・かぼちゃ・キャベツを加え、火が通るまで煮る。
- 7 塩・胡椒で味を整える。
- 8 カップに注ぎ、パルメザンチーズをふって完成。



下野鶏のディアボロ(悪魔風)

【材料】2人分

- 下野鶏もも肉……………200g
- ローズマリー……………2本
- にんにくスライス……………1片分
- 塩……………適量
- 胡椒……………適量
- オリーブオイル……………適量
- レモンスライス……………1/10個

■付け合わせ

- じゃがいも……………100g
- いんげん……………6本
- バター……………10g
- 醤油……………大さじ2
- みりん……………大さじ1

【作り方】

- 1 もも肉を掃除して余分な脂身を取り除き、肉を開き平らにする。
- 2 肉を数カ所、包丁の先で刺しておく。
- 3 塩・胡椒をもみ込み、ローズマリー・レモンスライスもからめる。
- 4 フライパンにオリーブオイルをふり、水分を拭き取ったもも肉を皮下にして、重石(ボウルなどに水を入れて使用)をのせ、中火から弱火で5～6分焼く。
※ローズマリー・レモンスライスは取り除いておく。
- 5 焼き色がついたら裏返し、ローズマリー・レモンスライスに戻し、再び重石をのせて一緒に焼く。
- 6 最後に皮を下にして火を強め、カリッと焼き上げる。

■付け合わせの作り方

- 1 じゃがいもはカルチェ(くし切り)に、いんげんは斜めにスライスし、下茹でをしておく。
- 2 バターでソテーする。