



## プロの技を学ぶ、 FCAJ会員体験記

レストランの厨房、アトリエやオフィス、商品の売り場等、食に関連のある現場で活躍するプロの方たちより直伝で、FCAJ 会員がその技を学びます。

### 「フレンチデリ」

今回訪れた代官山「メゾン・ド・スリジェ」は、1階がテイクアウトのフレンチデリ、2階がレストランの一軒家。デリではパテ・ド・カンパーニュやテリーヌ各種、ローストビーフ、自家製スモーク類、ポム・フリッツなどフレンチの定番の他、パスタ、焼きたてパン、デザートなど計50種を販売。チーズやワインも揃えています。温かい料理はオーダーが入ってから作っています。

今回はオーナーシェフの浅水屋巖氏に、人気の高いデリ3品のレシピを教えてくださいました。体験者は、JAグループ事業を支援する(株)全農ビジネスサポートに勤める亀井奈美さん。食品分析やレシピ開発を行い、料理撮影もカメラマンに習い、一眼レフで自ら行っているそうです。

まずはサラダ・ニソワーズから。ポテトサラダのジャガイモは糖度が高いニシユタカを使用。ゆでて裏漉し、マヨネーズを合わせる前にぬるま湯を加えると、油分が分離せず、なめらかな食感になると教わりました。万能ネギのピューレをあえたツナは、低原価で美味しく、手軽に作れる便利な惣菜です。バジル風味のトマトやオリーブのピューレと共にカップに詰め、カラフルな色彩を生かします。個々をきちんと水平に詰めるように、とのアドバイスがありました。

2品目はかぶのブラン・マンジェ。かぶのピューレにゼラチンを加え、泡立てた生クリームと混ぜて冷やしかためます。春菊のクーリと菜の花

#### 体験会員：亀井 奈美さん

神奈川県在住。料理教室講師などを経て、現在、(株)全農ビジネスサポートにて食品分析、レシピ開発に携わる。当協会2級(商品開発、イベント・メディア)の他、栄養士、野菜ソムリエ、中級食品表示診断士の資格を持つ。



との鮮やかな色合いが目を引きます。新玉ネギのピューレで同様に作っても美味しいとのこと。

最後は「お酒のつまみにおすすめの1品」と浅水屋氏が言う燻製料理。帆立貝・タコ・スモークサーモンなどを販売していますが、今回は春が旬の人気食材、ホタルイカの燻製に。煙がまんべんなくまわるように、ホタルイカは間を空けて並べます。

「燻しすぎるとエグミが出るので、その頃合いが美味しさのポイント。見極めは煙が白から黄色になりかけた時です」(浅水屋氏)

つけ合わせとして、野菜のオープン焼きをあえたタブレ(冷たいクスクス)を作り、それを皿に盛りつけるというお題が出ました。亀井さんは、香草や野菜などのトッピングも使い、赤色は月明かり、黒皿は夜をイメージして、ホタルイカの産地、富山の夜の海を表現した盛りつけにしました。

「普段からメニュー開発の仕事をしているだけあり、テーマを作り、それに沿ったイメージで盛りつけていく発想が良いですね」と浅水屋氏。シェフも盛りつけ、ガラス皿で春の軽やかさを表現しました。「ジャガイモの裏漉しから生クリームを立て方まで、一つ一つの工程を細かくアドバイスいただき、勉強になりました。レシピ開発の参考にします」(亀井さん)

## ■ フレンチデリの調理工程

3種のデリの作り方を教えていただきました。

【サラダ・ニソワーズ】(直径6.5cm、高さ7cmのカップ使用)

- ①ポテトサラダ(1回に作りやすい量)を作る。ジャガイモ(ニシユタカ)1kgをゆでて皮をむき、タミで裏漉し、ぬるま湯約30ccを加え混ぜ(a)、塩、こしょう各少々、マヨネーズ280gで味をととのえる。
- ②トマトのバジルあえ(約15個分)を作る。トマト3個を湯むきし、種を取り除いて1cm角に切り、バジル大9枚をせん切りにして合わせる(bの左)。
- ③ツナのネギソースあえ(約15個分)を作る。万能ネギ1束を小口切りにし、サラダオイル50ccとミキサーにかける。油を切ったツナ300gに合わせる(bの中央)。
- ④黒オリーブのピューレ(約20個分)は、黒オリーブ170gの種を取り、オリーブオイル30ccと共にミキサーにかける(bの右)。
- ⑤カップに②①③④の順に詰め(c)、銀箔を飾る。カップや包装は(株)日英より仕入れている。



【かぶのブラン・マンジェ】(直径7cm、高さ6cmのカップ5個分)

皮をむいたかぶ150gを鍋に入れ、水をひたひたに注ぎ、塩をして20分ゆでる。ミキサーにかけ、水でもどした粉ゼラチン2gを加え溶かし(a)、かぶのピューレの半量の生クリームを7~8分立てにして加え混ぜる(b)。カップに流し、冷蔵庫で冷やしかためる。春菊の葉約50gを沸かしたチキンブイヨン90ccでゆで、すぐに氷に当てて冷まし、ミキサーにかけたものを流し(c)、ゆでた菜の花を添える。



【ホタルイカの燻製 野菜のオープン焼き入りタブレ】

- ①ホタルイカ(ボイル)は目、口、軟骨をトゲ抜きで取り除く。強火にかけて熱々にした中華鍋に、桜のチップを入れて火をつけ、網に並べたホタルイカを置き、フタをして燻す。約3~5分、煙が黄色くなりかけたら火からはずしてフタを取る(a)。
- ②スムーズに塩とE.V.オリーブオイルで味をし、同量の熱湯を入れてラップをして15分置いてもどす。赤・黄パプリカ、玉ねぎ、茄子のオープン焼き(2cm角)(b)、ミント、ドレッシング、アリサ(唐辛子ペースト)を加え混ぜる(c)。
- ③①②を皿に盛り、香草や野菜各種で飾る。



左が亀井さん、右が浅水屋氏の盛りつけ。



代官山・渋谷両駅から徒歩約10分の住宅街にある。今年1月に改装。テイクアウトのデリは11時30分~21時30分。1人3,500円~ケーキタリングも受けている。



おすすめのデリ。ローズマリー風味の鶏肉のソーセージ550円、タコの燻製1400円、白金豚のリエット740円、鶏とキノコのテリーヌ740円(価格はすべて100gあたり)。



2階のレストランは昼2,916円、夜5,292~9,720円のコースの他、平日は1,404円のセット等も。デリをア・ラ・カルトでオーダー可能。



講師：浅水屋 巖氏

1971年東京都生まれ。「銀座レカン」で4年働き、埼玉のレストランのオープンシェフを務め、2000年、世田谷に「メゾン・ド・スリジェ」を独立開業。'07年、代官山に移転する。

メゾン・ド・スリジェ

東京都渋谷区鉢山町2-2

☎ 03(6413)1820

http://www.m-cerisier.com

### 体験者募集!

FCAJ会員だけの特別企画。経験の有無に関わらず、興味のあるテーマにまずはトライしてみましょう!ご希望の方は事務局までご連絡ください。希望者が多い場合は抽選により決めさせていただきます。体験の日時は、講師側と希望会員両者の都合により設定します。なお、体験講座の費用は無料です。交通費は実費でお支払いたします。

【体験テーマ】

#### コーヒー豆の焙煎

各産地のコーヒー豆の知識と選別のコツ、焙煎による味わいの違いや美味しい淹れ方などを熟練の焙煎技師より学ぶ。

【講師】

ザ クリーム オブ ザ クロップ コーヒー  
清澄白河ロースター 焙煎技師

板原 昌樹氏

http://c-c-coffee.ne.jp

【受講場所】

清澄白河ロースター(東京・清澄白河)

【体験日】 7月

【応募期切】 5月31日