

# 12月のごちそう

春夏秋冬、季節の便りは食卓からやってきます。そして、繊細にうつろう日本の四季を映す料理といえば、やっぱり和食。その月のおいしい旬の素材を使った、手軽なのに本格的な味わいが楽しめる料亭の“ごちそう”和食を紹介します。



写真撮影協力/料亭「つたも」名古屋市中区栄3-9-27

真鴨とアヒルをかけ合わせた「合鴨」。特に冬場は、ほど良く脂がのった肉質が一層旨味を引き立てます。「カモがネギをしよって…」の例えもある様に、香味野菜と一緒に調理する事が多いのですが、今回はたっぷりの赤ワインとまろやかな相生みりんが肉の臭みを消し、おいしさを引き出してくれます。

監修 料亭「つたも」  
料理人 伊藤 敬親さん

朝日クッキング・カード12月

## 合鴨のワイン蒸し〜冬野菜とともに

■材料(4人分)

合鴨肉…大1枚 サラダ油…適宜

【合鴨調味液】

赤ワイン…100cc しょうゆ…100cc 相生みりん…100cc

昆布水…100cc(昆布5cmを水120ccに30分つけたもの)

ブロッコリー…100g 今市かぶ…2個 ニンジン…1/2本

岩塩…適宜 オリーブオイル…大さじ2

粒マスタード…大さじ4 サラダ菜…2枚

■作り方

- ①合鴨は皮目に金串で針打ちをし【お料理ポイント・チェック!参照】、熱したフライパンに油をしき、皮目から順に強火で表面のみサッと焼きます。
- ②焼き目をつけた①の鴨に熱湯を掛け、油抜きをします。
- ③合鴨調味液を鍋で沸騰させ、②の鴨に調味液がかぶる様にボールに移し、ラップを張って蒸気が上がっている蒸し器の中で約12分強火で蒸します。
- ④蒸し上がった鴨肉の真ん中に金串を刺し、しばらく吊るして血抜きをします。
- ⑤鴨の皮目に縦に包丁を入れ、それを食べやすい厚みにスライスします。
- ⑥冬野菜は一口サイズにカットし、岩塩とオリーブオイルをまぶし、200°Cのオーブンで15分焼き目がつくまで仕上げます。
- ⑦サラダ菜とともに合鴨のワイン蒸しを皿に盛り、冬野菜を添え、粒マスタードをあしらいます。

### お料理ポイント・チェック! 【合鴨の下処理】



①〜③ 筋や脂の部分を除きます。

④ 皮目に金串で針打ちをします。ご家庭では竹串やフォークを使ってもいいでしょう。

合鴨は品種改良により真鴨とアヒルの両方の長所が味わえるお肉です。

