

【鶏料理 部位別の基本と和洋中のレシピ】目次

第1章 鶏のさばき方

鶏肉の特徴

鶏肉の各部位について

鶏の骨格図

丸のさばき方

- ・ 肉をさばく
- ・ ガラを分ける
- ・ 内臓を分ける

各部位の下処理

- ・ 内臓の掃除
砂肝 ハツ レバー
- ・ ササミの筋抜き
- ・ モミジの下処理
- ・ ガラの掃除

中抜きの下処理

- ・ 鎖骨を取り除く
- ・ 形を整える
串を使う
糸を使う
糸と針を使う

中抜きをさばく

- ・ 四つ落とし
モモ肉を切り分ける
骨をつけたままムネ肉を切り分ける
骨をつけずにムネ肉を切り分ける [A]
骨をつけずにムネ肉を切り分ける [B]
- ・ つば抜き
- ・ 一枚におろす

だし・スープ

- ・ 和風ガラスープ
- ・ 中華風鶏湯
- ・ 鶏のコンソメ

第2章 鶏の基本料理

〔和〕

焼き鳥

- ・ 肉の切り方と串の打ち方
かしわ ささみ 手羽先 手羽皮 つくね 皮 せせり ぼん はらみ
げんこつ かつぱ レバー ハツ ハツ元 背肝 食道 砂肝
- ・ 焼き鳥の焼き方
焼き鳥・塩、焼き鳥・たれ
- ・ 炭の組み方・起こし方
水炊き
親子丼
そばろ丼
鳥スープ
鶏もも肉の幽庵焼き
ゆで鶏
鶏わさ山葵醤油和え
鶏つくねスープ仕立てと照り焼き
手羽先と大根の煮物
鶏レバー醤油煮

〔洋〕

- ローストチキン
- バロティーヌ
- ひな鶏のドミドゥイユ
- ひな鶏の肉詰め
- 鶏もも肉のコンフィ
- 鶏もも肉のソテー
- 鶏の赤ワイン煮 コックヴァン
- 胸肉骨つきロースト
- カツレツ
- 鶏胸肉のポシェ フォワグラ和え

〔中〕

- 蒸し鶏の葱生姜ソースがけ
- 骨つき若鶏の唐揚げ

丸鶏の香り揚げ香味醤油ソース
丸鶏のいぶし焼き
鶏もも肉の甘辛煮山東風
鶏もも肉の煎り焼き蒸し
鶏すり身のおぼろ豆腐スープ
鶏すり身の卵白炒め
鶏砂肝と鶏レバーの揚げ物
鶏心臓とピーナツの辛味炒め
鶏足、鶏レバー、鶏胸肉のとろみ煮

* 食鳥処理衛生管理者の資格を取得するには

第3章 創作・一品料理

【もも】

蒸し鶏ロール
鶏もも肉の山椒くわ焼き ホワイトアスパラ、黒キャベツ添え
鶏龍田揚げ
鶏もも肉と帆立貝の胡麻和え
鶏の揚げ煮
鶏もものころころ煮
揚げ鶏と日本南瓜の煮合せ 牛蒡と菜花、スナッフえんどう添え
クスクス
もも肉コンフィの軽い煮込み
煮込んで焼いて
鶏もも肉のブランケット
チキンカレー
唐揚げチキンのサラダ仕立て
シノア風スープ
冷製皮蛋の鶏もも巻き
鶏もも肉の山椒ソースがけ
鶏もも肉の煮ごり

【胸】

冷し蒸し鶏 緑酢がけ
焼き鶏胸肉のフルーツソースがけ

にんじんのラペと胸行く薄切り ラムレーズン添え
大根薄切りとマリネ トリュフ風味
スフレ
鶏胸肉のマリネ
鶏の冷製コンソメ
鶏胸肉薄切りと香草サラダ
鶏胸肉のブルーテスープ
鶏胸肉のソテー バニラ風味のペルノーソース
鶏胸肉の茶浸し
鶏肉の冬瓜詰めスープ冷やし
青唐辛子と中国パセリ、ゆで胸肉のサラダ
鶏胸肉の辛味煎りつけ

【ささみ】

鶏ささみの茶碗蒸し
鶏雑炊
鶏ささみ長芋巻き
水晶鳥の梅肉和え
鶏ささみの叩き身つけ黒胡麻トースト揚げ
鶏ささみの黒醋炒め
精進野菜と鶏ささみの炒め煮
鶏ささみのたたき中国風

【挽き肉】

百合根万十煎餅包み
鶏そぼろご飯と鶏つくねの赤だし
パイ包み焼き
鶏のソーセージ

【手羽・皮】

手羽先詰めのレストラン
鶏皮のかりかり焼きと葉山葵の和え物
鶏皮のセロリ煮
鶏皮のスモークと野菜の薄焼き玉子焼き
鶏手羽の香料酢醤油漬け
鶏手羽とレバーの香料だれ煮

鶏皮の辛味炒め焼き

【内臓】

鶏砂肝とハツの山葵焼き

鶏レバー、心臓、砂肝、くるみ、レーズンのラム酒風味

鶏とさかの煮ごり

砂肝のコンフィともも肉のコンフィと 野菜のマセドアナサラダ

鶏内臓のブルギニオン

砂肝の塩漬け

砂肝と大根の細切り塩酢和え

塩漬け砂肝と西洋菜のサラダ

鶏心臓の野菜ソース和え

冷製鶏レバーの蒸し物

塩漬け茼の鶏レバー包み卵黄まぶし

鶏足の老酒煮

鶏足の山椒唐辛子ソース和え

鶏足の芥子ソース和え

第4章 鶏の分類・銘柄鶏一覧

鶏肉の種類と特徴

国産銘柄鶏一覧