

【基礎から学ぶフランス地方料理】目次

フランス全土地図

ナント、ヴァンデ

シャラン産仔鴨のロティ、野菜のグラッセ
スズキのブレゼ モジェットのラゲー添え
ムクラード
ウナギのマトロート

ノルマンディー

ホロホロ鳥のヴァレ・ドージュ風
舌平目のノルマンディー風
ノルマンディー風鶏のロースト

ブルターニュ

甲殻類と貝類のスープ パイ仕立て
オマールエビのアルモリック風
そば粉のガレット 目玉焼き、ハム、チーズ入り

イル・ド・フランス

仔羊のシャンヴァロン風
オマールエビのアメリケーヌソース
牛肉のフィセル、ハーブソース添え
牛ホホ肉のパルモンティエ

フランドル、アルトワ、ピカルディー

フランドル風牛肉のカルボナード
フィセル・ピカルド
ポロネギとマロワールのフラミッシュ

アンジュー、トゥーレーヌ

ブーダン・ブラン、リンゴとジャガイモのピュレ添え
豚のリエット
温製シェーヴルチーズのサラダ

ソローニュ、ベリー

卵入り復活祭のパテ
仔羊腿肉のオープン焼き
真鴨のパテ
雄鶏のバルブイユ風

ボワトゥー＝シャラント

マスのファルシのブレゼ、
シャラントのピノーワイン風味、キャベツのバター風味を添えて
カグイユのシャラント風
マテ貝のファルシ

ボルドー

鴨マグレ肉のボワレ、ボルドーワインソース、
ジャガイモのココットとセップ茸のボルドー風添え
鳩のサルミ、カブイユ仕立て
オゼイユのスープ
リブローズのボルドー風

バスク

若鶏のバスク風、ピラフ添え
ピキオスのブランダード詰め
ウフ・ア・ラ・ピペラード

ペリゴール

モンバジヤック風味のフォワグラのテリーヌ
ブルー入りフォワグラのテリーヌ
キジ胸肉のペリゴールソース添え
サルラ風ジャガイモ添え
鴨のコンフィ
フォワグラのソテとサルラ風リンゴのロティ

トゥールーズ、ガスコーニュ

鶏のポトフ
トゥールーズ風カスレ
ガルビュール

ブルゴーニュ

牛肉の赤ワイン煮込み
カエルモモ肉のポワレ、ニンニククリームとグリーンソース風味
ブルゴーニュ風エスカルゴ
グジェール
卵のムーレット

アルザス、ロレーヌ

シュークルート
カエルのムース リースリング風味
キッシュ・ロレーヌ
フロモンクーヘ（タルト・フランベ）

リムーザン、オーヴェルニュ

キャベツのファルシ
燻製ソーセージのコンフィ、ジャガイモのトリュフアード、
粒マスタード風味のジュ添え
ピュイ産のレンズ豆、豚鼻肉、豚足、耳肉のサラダ
プティ・サレ
アリゴ

リヨン、ブレス

リヨン風クネル、ナンチュアソース添え
リヨン風ソーセージ、ジャガイモのサラダ添え
ブレス産若鶏のエクルヴィス風味
セルヴェル・ド・カニユ
牛胃袋のパン粉焼き

サヴォワ、ドフィーヌ

ウサギの赤ワイン煮込み
ラヴィオリ・ド・ロワイヤン
タルティフレット
グラタン・ドフィノワ

ニース

ニース風サラダ

プロヴァンス風ファルシ、ピーマンのクーリ添え
ピサラディエール
パン・バーニャ
ピストゥ風味のスープ

コルシカ

オリーブとパンチェッタ入り、仔羊肩肉のココット煮
パンチェッタ風味の栗のヴルーテ
野菜のベニエ

プロヴァンス

マルセイユ風ブイヤベース
プロヴァンス風牛肉の煮込み
サバのエスカベッシュ
イカのラタトゥイユ詰め
アイオリ

ラングドック＝ルーション

塩ダラのブランダード
セート風ブーリッド
ニンニクのスープ

シャンパーニュ、フランシュ＝コンテ

ヴァン・ジョーヌとモリーユ風味のリ・ド・ヴォー
コンテ風ポテ
豚足のサント・メヌール風

基本のフォンとブイヨン

フォン・ド・ヴォー
フォン・ド・ヴォライユ
フュメ・ド・ポワソン
クール・ブイヨン
牛のブイヨン
ブーケガルニ

ソース

マデラソース

ソース・ヴィネグレット

ナンチュアソース

ルイユ

素材の下処理 [肉]

鶏のさばき方（プレス鶏）

真鴨の下処理

仔鴨の下処理とブリデ

鳩の下処理

ホロホロ鳥のさばき方

仔羊骨付き肉の下処理

カエルの下処理

ウサギの下処理

リ・ド・ヴォー（仔牛の胸腺肉）の下処理

フォワグラのデネルヴェ

素材の下処理 [魚介]

舌ビラメの下処理

マスの下処理

サバの下処理

塩ダラの下処理

オマールエビの下処理

アカザエビの下処理

素材の下処理 [野菜]

アーティチョークの下処理

ジャガイモのロンデル（輪切り）

生地

ブリゼ生地

モルト生地

フィユテ生地

付合せ

鴨腿肉のコンフィ
ベーコンのソテ
ワカサギのフライ
飾り用エクルヴィス
オレンジ風味のダイコンのグラッセ
ハチミツ風味のニンジンのグラッセ
小タマネギのグラッセ
リンゴのキャラメリゼ
ジャガイモのピュレ
ジャガイモのトゥルネ（ボム・シャトー）
ジャガイモのトゥルネ（ボム・ココット）
ジャガイモのトリュフアード
紫キャベツのエテュヴェ
ちりめんキャベツのバター風味
マッシュルームのソテ
セップ茸のボルドー風
飾り用マッシュルーム
モジェットのラゲー
根菜の付合せ

本書で使用した調理のフランス語

材料別索引
特産物索引
料理名日仏対照表