

## 【10種の素材の肉料理】目次

### 1. 牛

#### Basic1 ステーキを焼く

サーロインステーキ

#### Basic2 牛の部位について

#### Basic3 ロースをローストビーフに

近江牛ローストビーフ、ア・ラ・モード

上ばら肉のコンフィのスープ仕立て、アジアゴ・ダルボ風味パンダリエ

和牛肉もものグリエ、ソース・クレーム・ド・ムータルド

タルタルステーキ

牛のランプ肉のマリネ

牛もも肉の低温真空香草風味

牛肉のブレゼ、ビール煮、フラマンドル風

牛フィレ肉のロッシーニ風

牛ランプ肉のステーキボルドレーズ

短角牛ロース肉の炭火焼、マルシャンドヴァン

ラングドブフの煮込み、ジュラ風

牛テール肉の赤ワイン煮

牛ばら肉のステーキ、赤ピーツソース

[ memo ] 牛の火の通し方

### 2. 豚

#### Basic1 4ブランド豚を比較する

あぐー豚のロティ

ブーダン・ノワール

自家製ソーセージ、ラート・ラート

パセリ風味の冷製

ジャンボン・ド・パリ

シュークルート

トゥールーズ風カスレ

白金豚フィレ肉のロースト、ニンニク、ベーコン風味

白金豚のコンフィ、あさりソース

豚もも肉の冷製

イベリコ豚の脂の工兵前掛け風

イベリコ豚のロースト、クルミ風味

ペリゴール風豚舌肉のコンフィ、冷製サーブ

あぐー豚耳の詰め物

[ memo ] 豚の火の通し方

### 3. 鶏

#### Basic1 1羽丸ごとローストする

プレス鶏のロティと白アスパラガスのソテー

比内鶏のロティ、ポム・フリット添え

土佐ジローのロティ、ラタトゥイユ添え

プレス鶏のシュブレーム、パン粉つけ焼き、ア・ラ・モスコヴィット

手羽と手羽先のフリカッセ、シトロンコンフィ

プレス鶏のジャンボネット、ファルス・オー・ヴェール

土佐ジロー鶏のポトフ仕立て、シェリー酒と生ハムの香り

比内鶏のジュレ仕立てともも肉のコンフィ

[ memo ] 鶏の火の通し方

### 4. 仔羊

#### Basic1 5ブランドの仔羊を比較する

#### Basic2 骨つきロース肉をローストする

ニュージーランド産仔羊のロティ、ニンニク風味のアーモンドミルク

ニュージーランド産フレッシュ仔羊のロティ、ジャガイモのニョッキ、ニンニク風味

オーストラリア産オーガニック仔羊のロティ、アーティチョークのサラダとコンフィ

アメリカ産仔羊のロティ、ポム・ブーランジェール、生ハムの香り

焼尻島産仔羊のロティ、オニオンブランのキャラメリゼとフリット

仔羊首肉の巻きもの、ケイパーバター風味

仔羊肩肉の低温コンフィ、エピス風味

仔羊フィレ肉の真空ポシェ、柑橘の香り

仔羊ばら肉のソテー、2通りの調理で

仔羊ばら肉のキュイ、ロティ、ヨーグルトとトマト風味

仔羊アキレス腱のコンソメ仕立て、バリゴール風

焼尻島仔羊ジゴのニンニク包み焼き

焼尻島仔羊骨付きロース肉の蕁包み焼き

[ memo ] 仔羊の火の通し方

## 5. 鴨

Basic1 鴨の種類について

Basic2 鴨をさばく

Basic3 鴨の内臓を抜く

鴨の内臓のトックともも肉のコンフィ、サラダ仕立て

山形産飼育真鴨のロティ、オリ - ブ風味

バルバリー鴨のロースト、内臓入りオニオンファルシ

新潟産天然渡り青首鴨のロースト、五穀米とフォワグラのガレット

新潟産網取り天然真鴨のグリエ、ヴェルヴェーヌとオレンジの香り

[ memo ] 鴨の火の通し方

## 6. 鳩

Basic1 ハトを一枚開きにする

ピジョノーコンフィのフリット、セル・スペシャル

エトウフェ・ド・ピジョノーのアン・ココット、

冬野菜のエッセンス、シトロン風味

モリバトのロースト、エルピエット

モリバトのサルミ

[ memo ] 鳩の火の通し方

## 7. 鹿

Basic1 鹿の部位について

エゾ鹿の首肉のトゥルト

エゾ鹿のロース肉のソテー、赤シャンパンソース、秋の野菜を添えて

エゾ鹿の鞍下肉、葡萄の葉包み、アンココット

エゾ鹿前足のラゲー、フランボワーズの香り

鹿フィレ肉のアンクルート、マロンとポム・ドゥース

エゾ鹿うちもものグリエ、ソース・ポワヴル・ヴェール

エゾ鹿そとももおロティ、ソース・グリオット

[ memo ] 鹿の火の通し方

## 8. 兎

### Basic1 ウサギの種類について

### Basic2 ウサギをさばく

ウサギのもも肉の詰めもの、マスタード風味  
ウサギの背肉のパピヨット包み、タマネギ風味  
ウサギの肩肉の低温コンフィ、オリーブ風味のヴィネグレット  
ラパン・ド・ガレンヌの“マリー・ピュイソン”  
野ウサギの背肉のロースト、アカネリンゴのロースト添え  
野ウサギのシヴェ

[ memo ] 兎の火の通し方

## 9. 猪

### Basic1 イノシシの部位について

天然親猪腿肉の煮込み シャンパーニュアルドン風  
天城山猪の炭火焼、黒キャベツソース  
天城山天然猪フィレ肉のロースト、白胡麻とクルミの香り  
ガスコーニュ風骨付き天然猪のガルビュー

[ memo ] 猪の火の通し方

## 10. 野鳥

### Basic1 野鳥の種類について

### Basic2 ヤマシギをコッフルにさばく

フランス産ヤマシギのロースト フォワグラとカンタールチーズ  
赤岩シャコ鳥の赤ワイン煮  
ヤマウズラのロースト、ファルスノワール  
伊豆産ヒヨドリのグリエ、みかん風味  
サルセルの詰め物ロースト カフェ風味  
キジのドディーヌ  
静岡産キジのタジン

[ memo ] 野鳥の火の通し方

### 本書で使用したフォンとソースの作り方