

Volaille farcis et rotie

「詰め物をしたローストチキン」



(4 人分) 丸鶏一羽 1 kg～1.2 kg サラダ用葉物野菜適宜

*詰め物 炊いたご飯茶碗 1 杯 マッシュルーム 2 個 にんにく 1/4 片 玉ねぎ 1/8 個 塩・コショウ・オリーブオイル適量

*ロースト用香味野菜・ハーブ

玉ねぎ 1 個 にんじん 1 本 セロリ 1/4 本 マッシュルーム 2 個 にんにく 1/2 片 タイム・ローリエ・ローズマリー・塩・コショウ・バター適量

1. 丸鶏は首の後ろから首に沿って包丁を入れ、首皮を残して首骨を元から切り取り、胸の V 型小骨を取り、腹の中をきれいにする。手羽先の棘部を切り落とす。
2. 詰め物用マッシュルームは汚れを落とし小さめに切り、にんにくと玉ねぎはそれぞれみじん切りにする。ご飯は炊いておく。
3. ロースト用野菜のにんにくは小さめに切り、その他はそれぞれ 1.5 センチ程の大きさに切る。
4. フライパンを熱しオリーブオイルで 2 のマッシュルームとにんにくと玉ねぎを炒め、塩・コショウし、炊いたご飯を加え炒め、塩・コショウで味を調える。
5. 粗熱をとった 4 を、1 の鶏の腹の中に詰め、形を整え糸で縛り、中の具が出ないように串（楊枝）で閉じる。
6. オープン用バットにバターを塗り、全面に塩・コショウした 5 を載せ、200℃に熱したオーブンに入れる。
7. 10 分程焼いたら、3 の野菜とハーブを加え、塩・コショウし、鶏にバターを塗り、再びオーブンに入れる。
8. たまに野菜をかき混ぜ、焼き汁を鶏にかけながら、香ばしくきつね色に焼きあがるよう、鶏の大きさにもよるが 1 時間程ローストする。
9. 鶏と野菜に火が入ったらオーブンから取り出し、温かい所で十分に休ませる。
10. 9 の鶏の糸と串を外し、両手羽先を関節で切り離す。両腿肉を胴の関節部分から切り離す。両胸肉は胸骨に沿って切れ目を入れ、手羽元を付けた状態で胴体から切り離す。
11. 10 の腿肉の骨の関節に包丁を入れ切り分け、胸肉も切り分け、肉の内側に塩をふる。
12. 皿に腹の詰め物、9 のロースト野菜、11 とサラダを盛り付ける。

MEMO

令和 5 年、アカデミー“とり”はやっぱり丸鶏ロースト！家族みんなで、気の合う同士で、部位ごと豪快に楽しめます。詰め物もロースト野菜もローストチキンをより美味しく盛り上げます。後で骨についた肉をほぐしサラダと一緒に、骨ガラは香味野菜と水で煮だしてブイヨンスープ！余すところなく丸鶏フレンチいかがですか。

