

「Quiche lorraine キッシュ・ロレーヌ」



(21 cm タルト型 1 台分)

*パートブリゼ (タルト生地) 強力粉 75g 薄力粉 75g 無塩バター 75g グラニュー糖小スプーン 1
塩小スプーン 1/2 全卵 1 個

*具材 豚バラ肉燻製 (ベーコン) 100g 玉ねぎ 1 個 グリュイエールチーズ 40g

*アパレイユ (生地) 全卵 2 個 生クリーム 100cc 牛乳 20cc 塩・コショウ・ナツメグ適量

(1. ~6. パートブリゼ下準備)

1. ボールにふるって冷蔵庫で冷やした粉とグラニュー糖・塩を合わせ、1 cm角に切った冷えたバターを入れ、スクッパーなどでバターを細かくしていく。
2. 1を手ですり合わせ、そばろ状にする。
3. 溶き卵を加え混ぜ合わす。(練らない)
4. 3を丸く平にまとめてラップでくるみ、冷蔵庫で一晩休ませる。
5. 4を打ち粉(強力粉 分量外)をした冷たい台の上に置き、上にも打ち粉をふり麺棒でタルト型よりやや大きく3 mm程の厚さにのばし、麺棒に丸め取り、タルト型に敷き込み、冷蔵庫で1時間休ませる。
6. 5の底部をピケ(フォークなどで穴あけ)し、アルミホイルをかぶし、重石を載せ、200℃のオーブンで15分焼き、アルミホイルと重石を外し10分、軽く色付く程度空焼きし、冷ます。
7. 具材の豚バラ肉燻製は棒状に切り、玉ねぎはスライスし、フライパンで一緒にソテーし粗熱をとる。
8. ボールにアパレイユの材料を入れホイッパーで良くかき混ぜる。
9. 6に7とおろしたグリュイエールチーズを入れ、8を流し入れ、180℃のオーブンで30分焼く。
10. 粗熱をとって型から取り出し、切り分ける。



「Quiche saumon et epinard サーモンとほうれん草のキッシュ」



(21 cm タルト型 1 台分)

*パートブリゼ 上記同量

*具材 サーモン 200g ほうれん草 1 束 グリュイエールチーズ 40g

*アパレイユ 上記同量

上記同様に、パートブリゼを下準備する。(1. ~6.)

7. 具材のサーモンは食べやすい大きさに切る。

8. ほうれん草は水洗いし、よく水を切り、食べやすい大きさに切り、根元は縦にスライスし、熱したフライパンでバターソテーし、塩・コショウ・ナツメグで味を調え、粗熱をとる。

9. 6に8を入れ、塩・コショウした7を入れ、おろしたグリュイエールチーズを入れ、上記同様に作ったアパレイユを流し入れ、180℃のオーブンで30分焼く。

10. 粗熱をとって型から取り出し、切り分ける。

MEMO

フランスのアルザス、ロレーヌ地方発祥のパリジャンにも人気の洒落た美味しいお惣菜。「キッシュ」の語源はドイツ語でケーキを意味する「クーヘン」から、両国にまたがるその地方らしい伝統料理です。ロレーヌ地方では豚肉の脂身を上手に生かしてキッシュ・ロレーヌの名で、また相性の良いサーモンとほうれん草でもいかが。タルトとキッシュの違いは？塩味・甘味の両方ありますが甘味中心なのがタルト、塩味のみがキッシュでアパレイユの卵・生クリームが多くソフトな仕上がりです。パートブリゼは手間がかかりますが、サクサク感としっとり感を様々な具材のマリアージュで工夫して楽しんでみては。

