



【 コック・オー・ヴァン 】

【材料】 4～6人分

丸ごとの鶏がら	約 200g	醤油	大さじ 1	ジュニパーベリー	2 粒
オールスパイス	2 粒	バター	大さじ 5	ローストチキン	1.2kg
塩・コショウ		赤ワイン(ボルドー、ボジョレー、コートデュロヌ、キャンティ)	500ml		
脂肪の少ない柔らかいベーコン	100g	タイム	2～3 枝	潰したニンニク	2 片
ベイリーフ	2 枚	タイム	小さじ 1/4	トマトピューレ	小さじ 2
油	40ml	約 2.5 cmサイズの皮を剥いた玉ねぎ			20 個
1/4 に切り、洗い、乾燥させた新鮮なきのこ	450g	きれいに皮を剥いたじゃがいも			500g
パセリ	1 束	海塩	2 つまみ	コニャック	60ml
小麦粉	30g	バター	30g		

【調理】

- ・ チキンストック (sous vide) : 【仕込み時間】 約 3 時間。あらかじめ 1 日前にストックを準備して下さい。
鶏がらを水で洗って、切り分けます。次にオールスパイス、醤油、ジュニパーベリーと 300ml の水と一緒に真空パックし、ストックが透明になるまで、フュージョンシェフの設定温度 85℃で約 20 分間調理します。
その後、設定温度を 65℃に下げ、2 時間 30 分漬け込みます。
- ・ コック・オー・ヴァン (sous vide) : 【仕込み時間】 約 4 時間 30 分。その間に玉ねぎ、きのこ、じゃがいも、ソース、鶏皮のチップスを準備します。
鶏肉を水で洗って、軽く水気を拭きとり、皮を剥がします。少なくとも 2 時間、赤ワインに鶏肉を浸します。
ベーコンの皮を剥き、細切りにします。ワインから鶏肉を取り出し、塩とコショウで味付けをしてから、バター大さじ 1、タイムとベーコンの細切りと一緒に真空パックします。
フュージョンシェフの設定温度 65℃で 4 時間調理します。

- ・ 鶏皮のチップス (sous vide) : 【仕込み時間】 約 25 分
鶏の皮から脂肪を取り除き、ベーキングシートの上に置き、塩を振り、ベーキングシートで覆います。
調理中シートが動かないように軽い重りを置きます。
160°Cで予熱したオーブンで(上下の熱)、カリカリになるまで 25 分間調理します。
- ・ 小玉ねぎのグラッセ : 【仕込み時間】 約 60 分
フライパンかキャセロールに大きじ 3 のバターと 20ml の油を溶かします。
小玉ねぎを入れ、全てに艶がつくまで、弱火で 10 分間蒸し煮をします。
残りの 120ml のチキンストックとベイリーフを小玉ねぎの中に加え、蓋をし、小玉ねぎの形を保ちながら
柔らかくし、水分がなくなるまで 45 分間煮込みます。
- ・ きこのバターソテー : 【仕込み時間】 約 10 分
熱したフライパンに大きじ 1 のバターと 20ml の油を入れます。
バターの泡を少し冷まし、きのこを入れます。4 分間鍋を回します。
調理中、きのこは一時的に油を吸収しますが、2~3 分後に油が再び出てきて、きのこは柔らかくならず、
キツネ色になり始めます。
- ・ パセリポテト : 【仕込み時間】 約 35 分
皮を剥いたじゃが芋を薄い塩水の中で 20 分間煮、水を切って冷まします。
溶かしたバターを刷毛で塗り、粗塩とみじん切りのパセリを振りかけます。
- ・ ソース :
チキンストックの一部と赤ワインのマリネ液を熱したキャセロールに注ぎます。小玉ねぎのグラッセ用に
120ml のチキンストックを残しておいて下さい。ニンニク、ベイリーフ、小さじ 1/4 のタイム、トマトピューレを加
えて沸騰させます。蓋をし、中火で 15 分間加熱し、ソースを煮詰めます。煮詰めたソースを塩・コショウで味
付けし、火からおろして、ベイリーフを取り出します。

小麦粉と 30g のバターを混ぜ合わせて、プールマニエになるまで練り合わせます。次に、加熱したソースに
プールマニエを加え、泡立て器で 1~2 分間絶えず攪拌しながら、沸騰させます。それがスプーンに軽く
くっつくソースの出来上がりです。

鶏肉とベーコンを真空パックから取り出し、フライパンに入れ、コニャックを注ぎ、火にかけて下さい。
炎が消えるまで、鍋を振ります。フライパンから鶏肉を取り出し、ソースに入れます。
小玉ねぎの煮込み、きのこをキャセロールに広げ、ソースをかけます。
パセリポテトを添えて提供します。