

～クリスマス料理&デザート～



鶏肉のトマト煮 バターライス添え

<使用食材>

鶏もも肉	.....	1/2枚
鶏ムネ肉	.....	1/3枚
手羽先	.....	1本
手羽元	.....	1本
玉葱	.....	1/2ヶ
にんにく	.....	1片
オリーブオイル	.....	適量
ホールトマト	.....	150g
白ワイン	.....	100cc
ブイヨン	.....	100cc
タイム	.....	1枚
ローリエ	.....	1枚
強力粉	.....	適量
塩	.....	適量
胡椒	.....	適量

<Let's Cooking>

- ① 玉葱はスライスし、鍋にオイルを入れ、にんにくの香りを出します。玉葱を入れ、炒めます。
- ② 鶏は全て、塩胡椒をし、胸肉以外に強力粉を打ちます。
- ③ ②の鶏を全て、フライパンでこんがり焼きます。
- ④ 焼いたら①の鍋に入れます。フライパンに白ワインを入れ、鶏の旨みを落とします。
- ⑤ ①の鍋に白ワイン・ホールトマト、ブイヨンを入れ、煮込んでいきます。
- ⑥ 煮上がったら、肉を取り出しソースを煮つめたら.....

☆できあがり☆

# ～クリスマス料理&デザート～

## フォンダンショコラ



### <使用食材>

#### ガナッシュ 7個分 (1個分 25g)

ビターチョコレート . . . . 100g  
生クリーム . . . . 80g

#### フォンダンショコラ生地 7個分 (セルクル直径 6cm 高さ 4cm)

ビターチョコレート . . . . 150g  
無塩バター . . . . 25g  
卵黄 . . . . 40g  
グラニュー糖 . . . . 30g  
卵白 . . . . 130g  
薄力粉 . . . . 15g

### <仕上げ>

イチゴノピューレ  
イチゴ (サンタ風)  
ミント  
バニラアイスクリーム

### <Let's Cooking>

- ① 火をかけた鍋に生クリームを入れ、沸いたらボウルに入れたチョコレートと合わせ、混ぜてしっかりと乳化させます。
- ② ①をバットに入れ、冷蔵庫で冷やします。
- ③ ②を1個25gで分割します。

☆ガナッシュ完成☆

- ① 湯煎を作り、ボウルに無塩バター・チョコレートを入れ、溶かします。
- ② 卵白を立て、グラニュー糖を分けて入れ、メレンゲを作ります。
- ③ ①に卵黄を入れ、乳化させ、薄力粉を入れて、混ぜます。
- ④ ③に、メレンゲを分けて混ぜたら . . .

★生地できあがり★

- ⑤ 出来た生地をセルクルに流しガナッシュを入れ、その上に生地を流し、8分目まで入れて、冷凍庫で2～3時間冷やし固めます。
- ⑥ 180℃のオーブンで13～15分焼成したら . . .

☆フォンダン・ショコラ完成☆