

Roast Chicken (dry-brined) 丸鶏のロースト(ドライ・ブライン法)

キットの材料: 丸鶏、スパイスミックス 3/4袋

用意するもの: オリーブオイル 大さじ1、塩 小さじ1、香味野菜のくず(玉ねぎ、人参の皮、セロリの葉、パセリの茎など適量)

用意する器具: バット、オーブン、タコ糸 20cm

- ① 丸鶏を1~2日かけて冷蔵庫でしっかり解凍する。



- ② 袋から出し、ペーパータオルなどで表面の水分をよく拭き取る。



- ③ 丸鶏の皮と肉を手でそっと剥がす。破れないように胸肉から剥がし、もも肉までゆっくり剥がしていく。



④ スパイスミックスに塩小さじ1混ぜる。半分のスパイスミックスを皮の内側の肉に直接塗り込む。残りの1/4は焼くときに、1/4はスタッフィングに使うので取っておく。



⑤ 香味野菜のくずがあれば、鶏の中に詰める。なければ空洞のままです。
* スタッフィングミックスを詰めてもOK。その場合はスタッフィングが肉汁を吸ってしまうので、グレイビーソースにする量の肉汁は出ません。今回はスタッフィングは別に作ります。



⑥ 手羽先を後ろに折り込み、20cmのタコ糸で尻尾と足をしっかりと結ぶ。



⑧ バットやお皿に乗せ、ラップをせずに冷蔵庫で24～48時間乾燥させる(ドライ・ブライン法)。



⑨ オーブンを190度に予熱する。

⑩ 残りの1/4のスパイスとオリーブオイル大さじ1(その他の油でも可)をよく混ぜたものを、冷蔵庫から出した丸鶏の外側にしっかり塗る



⑪ 胸肉にポップアップタイマーをさしてオーブンバッグに入れ、丸鶏の下の部分が直接天板につかないよう網などにのせ、190度のオーブンで60分焼く。



⑫ オーブンの温度を220度に上げ、20分、またはポップアップタイマーが出るまで焼く



* オーブンバッグに入れるとじっくり焼けますが、入れない方が焼き色はしっかりつきます。

Gravy グレイビーソース

キットの材料:なし

用意するもの:オリーブオイル 15g、小麦粉 15g、醤油 小さじ1、塩胡椒 適量、水 適量

用意する器具:鍋、ホイッパー

① ターキーが焼き終わった後の肉汁と水を合わせて200ml用意する。



② 小さめの鍋でオリーブオイルと小麦粉を中火で炒める。



③ 小麦粉がきつね色になったら肉汁を一気に入れ、ホイッパーでダマにならないよう素早く混ぜる



④ 沸騰したら醤油を入れ、塩胡椒で味を整えて完成。



スタッフィング

キットの材料:スタッフィングミックス、スパイスミックス 1/4袋
用意するもの:玉ねぎ 中1/2個、セロリ 1本、水または鶏出汁 300ml
* お好みで秋らしい食材(キノコ、甘栗、林檎など)適量
用意する器具:ボウル、耐熱皿、ヘラ

① スタッフィングミックス、みじん切りにした玉ねぎとセロリ、水、スパイスミックスを全てボウルで混ぜる



② 耐熱皿に全て入れ、アルミホイルでしっかりカバーする。



③ 180度のオーブンで15分焼く

④ ホイルを取って15分焼く



クランベリーソース

キットの材料:クランベリーソース缶

用意するもの:オレンジ 1/2個 または オレンジジュース 大さじ1 または マーマレードジャム大さじ1、お好みでシナモンパウダー ひとつまみ

用意する器具:鍋、ヘラ



- ① クランベリーソース缶を開け、半分を小さめの鍋に入れる。(半分はチーズケーキのトッピングに残しておく)
- ② オレンジの皮をおろしたものとオレンジジュース大さじ1を入れ、混ぜながら中火で加熱する。



- ③ 沸騰したら火からおろし冷ます。お好みでシナモンパウダーをひとつまみ入れる。



芽キャベツとベーコンの炒め物

キットの材料: 冷凍芽キャベツ、ベーコン、ドライクランベリー 20g、アーモンドスライス 20g
用意するもの: オリーブオイル 大さじ1、塩胡椒
用意する器具: フライパン、ヘラ、包丁



① 冷凍芽キャベツは10分ほど常温に出してから半分に切り、ベーコンは1cm幅にスライスする。



② フライパンにオリーブオイルを入れ、中火でベーコンがカリッとするまで焼く。



③ 焼きあがったらベーコンを一旦皿に移す。フライパンの残りの油で芽キャベツを中火で4-5分こんがりするまで焼く。この時あまり触らない。



④ 芽キャベツがこんがり焼けたらフライパンを振り、芽キャベツの違う面を4-5分焼く。焦げ目がつくように、フライパンを触らない。



⑤ ベーコンをフライパンに戻す。ドライランベリーとアーモンドスライスを入れ、1分炒める。



6 塩胡椒で味を整えて完成。



* ベーコンを半量使って、残りはエビやアスパラを巻いて1品増やしてもOK!

ビーツのサラダ

キットの材料:なし

用意するもの:ビーツの水煮 200g、オリーブオイル 大さじ2、お好みの酢 または レモン汁 大さじ2、塩胡椒 適量、ケールやレタス 適量、くるみなどのナッツ 適量、オレンジ 1/2個

用意する器具:ボウル、包丁

- ① ビーツの水煮を食べやすい大きさに切る
- ② 小さいボウルにオリーブオイル大さじ2、お好みの酢またはレモン汁大さじ2、塩胡椒適量を入れ、ピネグレットドレッシングを作る。オススメはバルサミコ酢またはレモン汁。ビーツをドレッシングに入れ、15分ほどマリネする。
- ③ 綺麗に洗ったケールまたはレタスを食べやすい大きさに切る。ケールを使用する場合は、マリネが終わったピネグレットでよく揉む。
- ④ サラダボウルに盛り付ける。緑の野菜を下に敷き、マリネしたビーツを上に乗せる。お好みでくるみなどのナッツ、カットしたオレンジをトッピングする。

マッシュポテト

キットの材料:なし

用意するもの:じゃがいも 250g、バター 30g、牛乳 75ml、塩胡椒 適量

用意する器具:鍋、マッシャーまたはフォーク

- ① 大きめの鍋に4つに切ったじゃがいもと水をじゃがいもがかぶるぐらい入れ、じゃがいもが柔らかくなるまで茹でる。
- ② お湯を切ったらじゃがいもを鍋に戻し、マッシャーやフォークなどでマッシュする。
- ③ 熱いうちにバターを入れ、溶けたら牛乳も入れてよく混ぜる。
- ④ 塩胡椒で味付けて完成

* ガーリックマッシュポテトにする場合は、じゃがいもと一緒ににんにくを2~3かけ茹でる

