

## 牛蒡のデミグラス煮

### 材料

牛蒡	1 k g
赤ワイン	180 cc
デミグラスソース	180 g
ブイヨン	180 cc

### 作り方

牛蒡をマッチ棒状に切り、鍋にサラダオイルを敷き牛蒡を入れる。

牛蒡の色が白くなったら、赤ワインを入れてアルコール分をとばす。

赤ワインが少なくなってきたら、ブイヨンとデミグラスソースを入れて味を調える。

## 会津地鶏のゆったり蒸し カレー風味ソース

### 材料

会津地鶏胸肉	2 枚
カレーソース	
玉ねぎ	100 g
リンゴ	80 g
カレー粉	小さじ 1
和風ソース	180 cc



### 作り方

会津地鶏の胸肉は皮を取り、塩、胡椒をして二枚重ねてラップで丸める。

鶏肉は62℃で60分間蒸し上げる。(家庭の場合は蒸し器の蓋をすところさい管などして、蒸気を逃がすようにすると低温蒸しが出来る。)

カレーソースは鍋にバターを入れて玉ねぎとリンゴを入れてカレー粉を入れ和風ソースを入れて沸騰させる。

## 会津地鶏ポトフ

### 材料

丸鶏	1羽
大根	0.5本
蕪	1束
人参	1本
玉葱	3個
干し椎茸	5個
セロリ	2本
じゃが芋	3個



### 作り方

丸鶏は余計な脂を取り除く。

さらしを準備してバターを塗り、ニンニクのスライスを広げ、の丸鶏を包み込む。

水から丸鶏を入れて沸騰させ、アクをきれいに取り他の野菜を入れてゆっくりと3時間煮込む。

## 身しらず柿黒米粉入りパイ包み

### 材料

身しらず柿	2個
黒米粉パイ生地	
黒米粉	150g
カメリア粉（強力粉）	150g
バイオレット粉	150g
バター	225g
水	60cc



### 作り方

身しらず柿の1個を12等分する。

黒米粉入りパイを作る。ボウルにバターのさいの目に切って物を入れ、粉を入れてバターが粉になじむように練る。

バターがなじんで来たら、水を入れて練り合わせる。

一晚冷蔵庫に入れてから使う。

パイ生地を伸ばして柿を載せて包み込む。

160度のオーブンで15分くらい焼き上げる。