

田崎真也の最強おつまみ！ レシピ

☆☆☆ 最強おつまみ 1品目 【鴨（かも）好き 赤ワイン風味】～赤ワイン～ ☆☆☆



材料（2人分）

合鴨（あいがも）むね肉 1枚、ねぎ（白い部分） 2本

▽割り下

赤ワイン 175ml、水 175ml ※赤ワインと水を1:1で350ml

濃い口しょうゆ 35ml、みりん 35ml、黒こしょう 適量、八丁みそ 小さじ2

※ゆずこしょう・一味とうがらし お好みで

つくり方

- ① 割り下を作る。小鍋を用意（小さめのフライパンでもOK）。八丁みそを赤ワインでよく溶いておく。鍋に溶いた八丁みそと共に割り下用の全ての材料を入れて火にかける。沸騰直前に弱火にして5分加熱を続けてアルコール分を飛ばす。※ガスコンロの場合、蒸発したアルコールに引火しないよう早めに弱火にしてください。
- ② 合鴨の皮を剥がして、縦半分に切り、5mmに切る。
- ③ 皮を剥がした身は、薄めにスライスして皿に盛る。
- ④ ねぎは斜めに厚さ1mm程度にスライスして器に盛る。
- ⑤ 卓上コンロに①の鍋を置き、加熱する。
- ⑥ 沸いたら弱火にして②の皮全部を入れる。
- ⑦ 皮に火が通り、脂肪が割り下の表面に浮いてきたら準備完了。
- ⑧ 1回で食べる分のねぎと鴨むね肉を鍋に入れて、鴨に火が通ったらねぎと共に小皿にとりいただく。
※ゆずこしょうや一味とうがらしなどを添えても良いでしょう。

おすすめポイント!

★皮を割り下に加えてスープにコクとうまみをプラス!

★ピノ・ノワールという品種の赤ワイン。華やかな香りとさわやかな酸味が、料理にぴったりです。

★お酒を飲まない方は、番茶やプーアル茶で♪