

仕調の楽しい食卓～燻製サーモンポアレ

燻製サーモンポアレ

<材料> (4人分)

*燻製サーモン

サーモンのフィレ(生食用・皮つき) …… 400 g
 塩 …… 45g
 砂糖 …… 10g
 黒粒こしょう …… 2g
 玉ねぎ …… 25 g
 にんじん …… 25 g
 水 …… 200ml
 白ワイン …… 50ml
 ローリエ …… 1 枚
 デイル …… 1 枝
 さくらの燻製チップ …… 25g

*赤ワインソース

エシャロット …… 25 g
 赤ワイン …… 250ml
 フォン・ド・ヴォ(子牛の出し汁) …… 400ml
 バター …… 20 g

*カリフラワーのピューレ

カリフラワー …… 150 g
 ポロねぎ …… 25 g
 小麦粉 …… 12 g
 フォン・ド・ヴォライユ(鶏の出し汁) …… 200ml
 バター …… 15 g
 生クリーム …… 50ml

* 付け合わせ

にんじん …… 1 本
 かぶ …… 1 個
 さやいんげん …… 75 g
 バター …… 適量
 塩、こしょう …… 各適量



*ソミュール液を作る。

1. 鍋に水、白ワイン、塩、砂糖、黒粒こしょう、玉ねぎとにんじんの薄切り、ローリエ、ディルを入れ、沸騰させる。



2. ボウルに移し、氷水を当てて冷やす。

3. 均一に塩味が入るように、束ねた細い金串や竹串をサーモンの身の厚い部分に刺して穴をあける。2と一緒に保存袋に入れ、冷蔵庫に入れて一晩置く。



4. 袋から取り出し、表面を水で洗う。

5. 水分をふき取り、吸収シートにはさみ、冷蔵庫に入れて5時間置く。



6. 吸水シートをはがして網の上へのせ、さらに冷蔵庫で3時間乾燥させる。



7. フライパンにアルミホイルで作った器を敷き、さくらの燻製用チップを入れる。



8. チップに火をつけ、薄く煙が出てきたら、フライパンを火にかける。

9. 8の上に網を置いてサーモンをのせ、ボウルをかぶせ、火を止めて1時間置く。



*赤ワインソースを作る。

1. 鍋にみじん切りにしたエシャロットと赤ワインを入れ、弱火にかける。約 1/10 量になるまでゆっくり煮詰める。



2. フォン・ド・ヴォを加え、1/3 量になるまで煮詰める。



3. エシャロットをしっかり押さえながら目の細かい漉し器で漉す。



4. 漉したものを再び火にかけて沸騰させ、火からおろし、バターを加えて風味ととろみをつける。塩、こしょうで味を調える。



*カリフラワーのピューレを作る。

1. カリフラワーは小房に分け、酢を加えた水に漬けて洗う。
2. 鍋にバターを熱し、薄切りにしたポロねぎを色づけないようにしんなりとするまで炒める。



3. 小麦粉を入れ、色づけないようにしっかりと炒める。



4. フォン・ド・ヴォライユを少しずつ加えて溶きのばす。沸騰したら火を弱めてアクを取り、カリフラワーを加える。

5. 4をボウルに移して粗熱を取り、ミキサーにかける。



6. 目の細かい漉し器で漉す。



7. 生クリームを加え、塩、こしょうで味を調える。

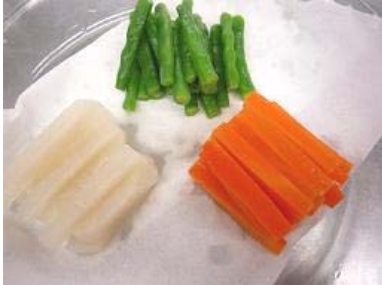


*付け合わせを作る。

1. さやいんげんは両端から筋をとり、にんじん、かぶは棒状に切る。



2. それぞれゆでて火を通し、氷水に落とし、中心まで冷えたら水分をふき取る。さやいんげんは半分に切る。



3. 鍋に水、バター、塩、こしょうを入れて沸騰させ、2の野菜を加え、蓋をして温める。



***仕上げ**

1. フライパンにオリーブ油を熱し、4等分したサーモンを皮の面から焼く。



2. 身の厚みの半分くらいまで火が通って身が白っぽくなったら、裏返して軽く焼く。中心が半生の状態に焼き上がったなら網の上へのせる。

***盛り付け**

1. 皿にカリフラワーのピューレを流す。
2. 付け合わせを彩りよく置く。
3. 2の上にサーモンの皮を上にしてのせる。
4. 赤ワインソースを周りに流す。