

辻調の楽しい食卓～すずきのパイ包み焼き

すずきのパイ包み焼き

<材料>4人分

すずきの切り身 (3枚おろし)  
 …………… 1/2尾 (約600g)  
 タイム、タラゴン (エストラゴン)  
 …………… 各適量  
 オリーブ油 …………… 適量  
 折り込みパイ生地 (市販品)  
 …………… 600g  
 溶き卵 …………… 適量

\*詰め物

魚のムース  
 ほたて貝の貝柱 …………… 100g  
 卵白 …………… 1/2個分  
 生クリーム …………… 100ml  
 カイエンヌペパー …………… 適量  
 マッシュルーム …………… 50g  
 バター …………… 適量



\*トマト風味のブル・ブラン

エシャレット …………… 30g  
 白ワイン酢 …………… 25ml  
 白ワイン …………… 225ml  
 生クリーム …………… 25ml  
 バター …………… 150g  
 トマトペースト …………… 適量  
 香草のみじん切り …………… 3g  
 (パセリ、タラゴン、チャービル、チャイブ)  
 塩・こしょう …………… 適量  
 付け合せの野菜 (好みのもの) …… 適量  
 バター …………… 適量



注：放映時の分量は8人分

**\*すずきの下処理**

1. すずきの切り身を2枚に切り分け、タイム、タラゴン、オリーブ油で15～20分マリネする。
2. 香草を取り除き、表面の油を軽くふいて、両面に塩、こしょうをする。



**\*詰め物**

1. 魚のムースを作る。ほたて貝を適当な大きさに切って、フードプロセッサーに入れ、塩をひとつまみ加える。\*ほたて貝の水分をしっかり取る
2. すり身が細かくなりしっかりとつながるまでフードプロセッサーにかける。
3. すり身が細かくなったら、卵白を2～3回に分けて加えながら、混ぜ合わせる。



4. きめ細かく弾力が出れば、ボウルに移し、氷水を当てて冷やしながら生クリームを加える。



5. 試しに少量の生地を熱湯でゆでてみて、塩味と固さを確認する。  
\*柔らかい場合はいったん冷やす。
6. カイエヌペーパーを加える。

7. マッシュルームは7~8mmの角切りにしてバターで炒める。氷水を当てたバットに移し、冷ます。



8. 6の魚のムースに7のマッシュルームを加え、絞りだし袋に詰める（口金の直径1~1.2cm）。

**\*組み立て**

1. パイ生地を2等分し、すずきが包める大きさに約3mm厚さにのばす。  
\* 1枚はやや薄く、もう1枚はやや厚めでやや大きめにのばす  
\* 生地が台につかないように打ち粉をしながら、できるだけ手早く作業をする。  
長時間常温で作業をしていると、パイ生地に含まれるバターが柔らかくなり扱いにくくなる
2. オープンプレートにオープンシートを敷き、薄い方のパイ生地を敷く。  
すずきの切り身をのせ、上から魚のムースを絞り、へらで表面を平らにする。
3. もう1枚のすずきの切り身をのせ、溶き卵を塗り、厚いほうのパイ生地をかぶせてぴったり包む。



4. 冷蔵庫で15分ほど冷やす。
5. 魚の周りの生地をしっかりと押さえてくっつける。余分な生地を切り落として長方形に整える。
6. 縁を指で押さえながら包丁の背で押さえて筋をつける。
7. 表面に溶き卵を塗り、包丁で飾り模様をつける。



\*パイ包みを焼く

1. 200℃のオーブンで30分焼く。

\*パイ生地に焼き色が付き、金串で刺して中心まで熱くなっていたらよい



\*トマト風味のブル・ブラン

1. 鍋にエシャロットのみじん切り、白ワイン、白ワイン酢を入れ、弱火で水分がほとんどなくなるまでゆっくり煮詰める。



2. 生クリームを加える。軽い沸騰状態を保ちながらバターを少しずつ加える。

3. 泡立て器で混ぜながら乳化させる（とろみがついてくる）。

4. エシャロットをしっかり押さえながら、目の細かいシノワ（漉し器）で漉し、エシャロットのうまみを出し切る。



5. 塩、こしょうで味を調え、トマトペーストを加える。
6. みじん切りにした香草を加える。



\*つけ合わせ

1. 野菜を塩ゆでする。鍋にバターと水各適量を入れ、塩、こしょうして軽く沸騰させ、とろみがついたところに野菜を入れて温める。



\*盛り付け

1. パイ包みが焼き上がれば、オーブンから出して人数分に切り分ける。
2. 皿につけ合わせの野菜を盛り付け、ソースを流し、①のパイ包みを盛り付ける。