

～ プレイバックレシピ! 2006年12月 ～

サン ジョウ ショウ チィ

## 山椒小鶏

「皆でワイワイ、鶏をまるごと召し上がれ!」

## 小ビナの山椒風味蒸し



## 材 料 (4人分)

◇ 材料		◇ 調味料	
小ビナ (丸ごとの鶏)	1羽(1.2kg程)	塩	100g
長ネギ	2本		
粒山椒	60g		
◇ 飾り用			
レタス	適宜		
パセリ	適宜		
レモン	適宜		

## 作り方

- ① 材料を量り準備をしておく(ネギは10cm程に切っておく)。
- ② バットなどの上に塩と山椒を混ぜ、長ネギを手で裂きながら混ぜ合わせる。
- ③ 鶏全体に②をすり込む。塩のザラザラ感がなくなってきたら②を鶏のお腹に入れ、1時間半～2時間ほど冷蔵庫などで休ませる。  
※2時間以上漬け込むと塩辛くなるので注意して下さい
- ④ 中の②を取り出し、鶏をザッと水で洗い40分程蒸し器で蒸す。
- ⑤ 背中の尻尾の方から切れ込みを入れ裏返し、モモの付け根に包丁を入れはさず。
- ⑥ 手羽先の部分をはさずし、背骨にそって魚の三枚下ろしの要領で骨からはさず。  
※果物ナイフやキッチンバサミを使用すると良いでしょう
- ⑦ 食べやすい大きさに切る。
- ⑧ レタスなどを皿に敷き、鶏肉を並べる。スライスしたレモンなどを飾りに添える。



## ◆尾形総調理長のワンポイントアドバイス

お店では熱いうちに骨から外し手で裂くのが通常ですが、ご家庭では冷めてから骨から外し、包丁で切り分ける方法で十分です。丸鶏は扱い辛いでしょうから、モモ肉や胸肉の切り身をお使い戴くのもオススメです。蒸した後にオーブンなどで表面をカリッと焼いたり、揚げても美味しいですよ。レモンなどをかけてサッパリと戴くか、酢醤油にスライスしたニンニクをしばらく漬け込み、刻んだ長ネギを入れたソースを少しつけて戴いても良いですね。