

わが店が誇る 便利な常備菜を使った五品



幹事長
佐藤 康幸

〔ロイヤルパーク 業務委託運営施設〕

常備菜 「夏の時期残る食材活用」

前菜

- 鮎味噌香りを浸し
白瓜 茗荷
タヒオカ 蓼
栗南瓜ムース
叩き陸蓮根
枸杞の実
賀茂茄子ムース
若蜀黍
オリーブ
蕃茄ムース
百合根
キャビア
鱧梅おろし掛け
蓮芋
独活
占地茸
蓮根
穂紫蘇
- 鮎は、背より包丁を入れ、中骨、内臓、小骨をきれいに取り、塩の代わりに味噌パウダーを振り、臭み消しに、刻んだ茗荷、生姜を詰め串を打ち焼き、中骨は干してから焼き、蓼、中骨を入れ、蒸し煮とします。味噌パウダーは、コンベクショントレイにクッキングシートを敷きお好みの味噌を、煮切り酒で滑らかにし薄く伸ばし、五〇〜六〇℃で約一二時間乾燥させ、ミキサーに掛け、当り鉢で粉碎し、漉し器でパウダー状にします
- 南瓜は、皮を剥き厚めに切り、蒸し器で加熱し、ミキサーに入れコンソメ、塩、淡口醤油、赤酒、生クリーム、バターで味を調え、漉して粉ゼラチンを溶かし入れ寄せます
- 賀茂茄子は、皮を剥き素揚げしミキサーに入れ、コンソメ、塩、淡口醤油、赤酒、生クリーム、バターで味を調え、漉して、粉ゼラチンを溶かし入れ寄せます
- 蕃茄は、皮を湯剥きし種を除いて細かく刻み、鍋に蕃茄、コンソメを入れ加熱し、ミキサーに移し、塩、淡口醤油、赤酒、生クリーム、バターで味を調え、漉して粉ゼラチンを溶かし入れ寄せます
- 鱧は、水洗いして上身として骨切りし、湯引き用を切り取り、残りの尻尾の部位を為置き、必要量が揃ったら、薄塩し粉を打ち、香煎揚げとします。今回は、鱧を使いましたが、日頃残る白身魚、貝ひもなどでも使えます。
- 蓮芋は皮を剥き色良くポイルし、味噌出汁に漬け、独活は皮を剥き灰汁止めし酢水で洗い、占地茸は石付を除きカットして、酒、塩を振り焼き、蓮根は皮を剥き酢水でポイルし、甘酢に漬けます。
- 梅肉醤油用の赤梅、白梅の種を外し、刃叩きし裏漉し、醤油、赤酒で味を調え、おろしに和え梅肉おろしにします。



前菜

常備菜

「牛蒡、榎木茸、ペースト」

御 椀

新牛蒡摺り流し

榎木茸

白玉湯葉

縴り牛蒡

あられ防風

●新牛蒡を薄く笹切りし、下茹をし
て、あご出汁で柔らかく煮、榎木
茸は石付を切り落とし、昆布出汁



御椀

にて煮詰め、新牛蒡と合せミキサ
ーに入れ、小分けに真空ストックし
て置きます。新牛蒡、榎木茸のペ
ーストに、隠して生クリームを入れ
味を調えます。

●白玉粉をボウルに入れ数回に分
け水を加え、耳たぶ位より少し堅
めに捏ね、刻んだ生湯葉を混ぜ合
せ、塩、酢で薄めに下味を付け、丸
く取り、鍋に昆布湯を沸かし白玉
を入れ、茹で上がりに水に落とし、
冷めたら吸い地に浸け替えます。

●縴り牛蒡は桂剥きし、酢水にてポ
イルして水分をタオルで吸い取り、
カットして、軽くコーンスターチを
打ち油で揚げます。

常備菜

「塩麴」

焚 合 せ

黒豚塩麴蒸し

小芋麴煮

ころがし 南瓜和蘭

小玉葱

スナック隠元豆

●豚ばら肉一キログラムを、筋や薄い
膜を取り除き、豚をガーゼで包
み生麴で覆い被せ、蒸し器にて二
時間蒸し後、平らな面器に移し
て冷まし、柵に取り、真空袋に合
せ出汁、豚、塩麴を入れ三〇分蒸
し上げます。

●一晚おいて冷まし、袋から取り出
し柵のまま塩麴を塗り、天火でパ
リツとなるように、じっくり焼き
上げます。大人数の宴席などに
とても喜ばれます。

●小芋は皮を剥き、米の研ぎ汁に



焚合せ

て茹で、鍋に小芋が重ならないよう
に並べ、出汁、酒、塩麴、砂糖、塩
を合せ、小芋が浸る位入れ、含ま
せ、鍋止めします。

●再度沸かし、出汁が少なくなった
ら、淡口醤油、赤酒を加え鍋をゆ
すりながら小芋を転がします。

●南瓜和蘭は、好み型に包丁し、油
で軽めに揚げ、油抜きをして淡
口醤油、濃口醤油半々の合せに追
い鏝して蒸し煮とします。

常備菜

「玉味噌、花山椒、実山椒」

焼 物

アボカド味噌焼

渡り蟹

太刀魚

椎茸

百合根

松の実

鱸花山椒香焼

蜀黍糝薯

手長海老チーズ

おかき焼



焼物

●アボカドは、半分に分けて切り種を外し、実を取り除き小角にカットして、山葵醤油にて洗い下味を付けます。渡り蟹は、流水にてよく洗い腹側のふんどしから糞を搾りだし、塩をすり込み塩を浸透させ、腹を上に向けて蒸し、冷めた後、殻から身を取り外します。
太刀魚は三枚に卸し塩焼にし、小角にカットして置き、椎茸、百合根は下味を付け加熱し、松の実は、

素揚げ荒めに刻みます。

玉味噌を豆乳、当り胡麻で白和え衣ぐらいの滑らかさに伸ばし、ガラスボウルにアボカド、渡り蟹、太刀魚、椎茸、百合根を入れ、玉味噌で和え、アボカドの皮に詰め、刻んだ松の実を振り、コンベクションにて焼きます。

●花山椒は、出荷期間が短い為、二年使える量をまとめて注文し、掃除後、流水にて洗い、薄い立塩に漬け、小分けに真空し、冷凍ストックします。

●実山椒も同じ様にストック用に注文し、太い軸を取り除き、よく洗い薄い立塩に漬け、銅鍋にて色良くボイルし流水に晒し、小分けに真空し冷凍ストックします。

●鍋に酒、淡口醤油、赤酒を煮詰めるところに花山椒を入れ、から煮とします。

●山椒油は、実山椒とサラダ油を合せ火に掛け、山椒油を作り、鱈の焼き上がりに熱して香り付けに掛け、先の花山椒を上盛り付けます。

●蜀黍糝薯は、玉蜀黍を蒸して実をばらさないように取り、帆立糝薯

を芯に巻き、蒸し上げます。

●手長海老の皮を剥き、チーズをおかきと同じサイズにカットして、おかきと一緒に粉、卵白を塗付け焼きます。

常備菜

「西京麹味噌」

強肴

●合鴨フルーツ味噌

●とろ茄子 白アスパラガス

●甘藷胡麻眩し

●万願寺唐辛し

●キウイ味噌漬

●合鴨は脂、筋、余分な皮を切り落とし、皮に切り目を入れ、鴨を常温に戻してからフライパンで焼き色を付け、途中脂をよく吸い取り、水に落とし余分な脂を洗い流します。

●鴨の水分をよく拭き取り、真空袋に合鴨とフルーツ味噌、オリブオイルを数滴垂らし入れ、半日漬け込み五八℃で二時間、低温調理し

ます。

●とろ茄子は、皮に針打ちし、厚目に輪切りにし、格子状に浅く切り込みを入れ、フライパンに、油を熱し、とろ茄子を両面蓋をして焼き、合せ地を加え、煮からめます。

●白アスパラガスは皮を剥き、鍋に塩、剥いた皮を入れ、固めにボイルしフライパンで焼き目を付け浸し地に漬けます。

●甘藷は皮を剥き梔子で色を付け薄蜜で含ませます。

●キウイは皮を剥き厚目に切り、フルーツ味噌にガーゼを敷き、半日漬けます。



強肴

「材料・分量」

前菜

鮎煮味噌香り浸し(三人前)

鮎(天然) 三本

味噌(ウター) 適量

茗荷 〇三個

生姜 八グラム

合せ出汁 三〇〇cc

鰹出汁 三〇〇cc

酒 二〇〇cc

淡口醤油 二〇〇cc

赤酒 二〇〇cc

白瓜 〇三本

タヒオカ 三グラム

蓼 六芽

栗南瓜(原一四五〇円/新五時間/作一人)

栗南瓜(栗南瓜ムース(二人前)) 二〇〇グラム

コンソメ 一〇〇cc

粉ゼラチン 五グラム

淡口醤油 赤酒 生クリーム 各少々

塩無塩バター 五グラム

叩き陸蓮根 一粒

枸杞の実 一粒

賀茂茄子(原一八〇円/新四〇分/作一人)

賀茂茄子 二〇〇グラム

コンソメ 一〇〇cc

粉ゼラチン 五グラム

西京味噌 淡口醤油、塩 各少々

生クリーム、無塩バター(原三四〇円/新三〇分/作一人)

生クリーム、無塩バター 各少々

生クリーム、無塩バター(原三三〇円/新四〇分/作一人)

生クリーム、無塩バター 各少々

鱧(原三三〇円/新四〇分/作一人)

鱧 一〇〇グラム

蓮芋 一〇グラム

独活 一〇グラム

占地茸 五グラム

蓮根 一〇グラム

穂紫蘇 五〜六花

梅おろし 八〇グラム

大根卸し 八〇グラム

赤梅 五〇グラム

白梅 五〇グラム

カリカリ梅(刻み) 一〇グラム

オリブオイル 淡口醤油 各少々

赤酒 各少々

御椀(二人前)

新牛蒡播流し(原二五五円/新三〇分/作一人)

新牛蒡 一五〇グラム

水 九〇〇cc

昆布 五〇グラム

牛蒡 榎木茸(ベースト) 一五〇グラム

あこ 一〇グラム

榎木茸 一〇〇グラム

昆布出汁 九〇〇cc

塩 八グラム

淡口醤油 二五cc

生クリーム 一cc

白玉湯葉 一〇〇グラム

白玉粉 九〇〇cc

水 一〇〇グラム

生湯葉 一〇〇グラム

塩 三グラム

素 一グラム

昆布湯 二〇グラム

昆布 五〇〇cc

湯 五〇〇cc

縋り牛蒡 五切れ

牛蒡 適量

コンスターチ 三グラム

あられ 一芽

防風 一芽

焚合せ(四人前)

黒豚塩麹蒸し(原四二〇円/新六〇分/作一人)

黒豚ばら肉 二〇〇グラム

米麴 一キログラム

水 一〜二リットル

塩 三五〇グラム

合わせ出汁 一〇八〇cc

出汁 九〇〇cc

濃口醤油 九〇〇cc

赤酒 四五cc

黒酢 一五〇グラム

砂糖 二〇グラム

生薑 一八〇cc

塩麹 三六〇cc

酒 三六〇cc

小芋麴煮転がし 四個

小芋 適量

米研ぎ汁 二〇〇cc

煮転がし地 一〇〇cc

出汁 二〇グラム

酒 四〇グラム

塩麹 五グラム

塩 五グラム

※上りに淡口醤油、赤酒各少々

南瓜和蘭 八〇グラム

南瓜 四個

小玉葱 四個

スナッフ隠元豆(原九六〇円/新三〇分/作一人)

スナッフ隠元豆 四本

焼物(二人前)

アボカド味噌焼

アボカド 一個

山葵醤油 三グラム

山葵 五cc

醤油 三グラム

胡麻味噌 一〇〇グラム

玉味噌 二〇グラム

当り胡麻 三〇cc

豆乳 一〇グラム

渡り蟹 二〇グラム

太刀魚 一〜二個

鱧花山椒香焼(二人前)

鱧 八〇グラム

酒 一〇cc

淡口醤油 五cc

赤酒 二五cc

花山椒 一〇〇グラム

山椒油 五〇グラム

実山椒 二〇〇cc

サラダ油 六〇グラム

蜀黍糲薯 四〇グラム

玉蜀黍 四〇グラム

帆立糲薯 二匹

手長海老チーズおかし焼 八グラム

手長海老 八グラム

チーズ 打ち粉

おかし 一個分

小麦粉 一個分

卵白 一個分

強者(三人前)

合鴨フルーツ味噌 一〇〇グラム

フルーツ味噌 少々

オリブオイル 一五〇グラム

西京味噌 一〇〇グラム

ヨーグルト 一個分

キウイおろし 一〇グラム

生姜おろし 五グラム

砂糖 少々

蜂蜜 少々

とろ茄子 一個

茄子 一本

白アスパラガス 三グラム

塩 六〇グラム

甘藷 適量

甘藷胡麻まぶし 一〇グラム

半振り胡麻 一本

万願寺唐辛子 一〇グラム

キウイ味噌漬 一個

キウイ 四〇グラム