

料理長から

ローストチキンの

ワンポイントアドバイス

○温め直していただきますとより一層おいしくお召し上がりいただけます。

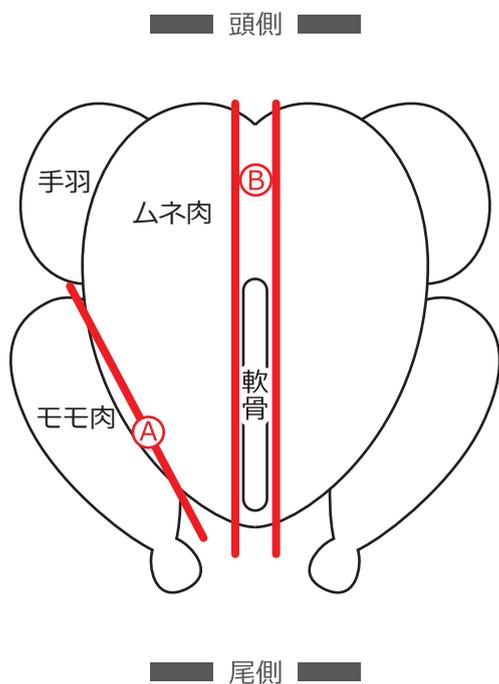
(おすすめ)

表面全体に薄く溶かしバター（サラダ油でも OK）を塗って、200℃のオーブンで約 8 分。
皮がパリッと焼き戻りますよ。

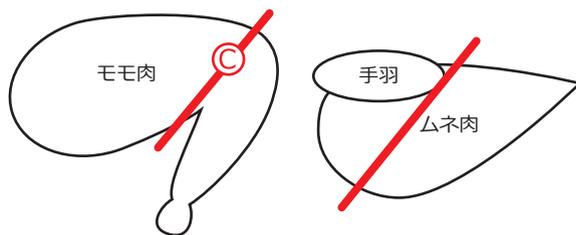
○チキンのさばき方は下図をご覧ください。

(ご注意ください)

オーブンから取り出したら少し休ませてから取分けてください。熱いのでヤケドにはご注意ください。
脂で手が滑りやすいので気を付けてください。



- ①まずはモモ肉。尾側を手前にして、モモ肉をフォークで押さえて表面の皮を切ります。
- ②モモ肉を外側に倒しながら腰骨に沿って切り進めて、付根の関節 A で切り落とします。
- ③最後に切り落としたモモ肉の関節部分 C をカットします。
- ④続いてムネ肉。今度は頭側を手前にして、ムネ肉をフォークで押さえて軟骨に沿って切り進めます。
- ⑤ムネ肉を外側に開きながら胸骨に沿って切り進めて、付根の関節 B で切り落とします。
- ⑥最後に手羽の近くで斜めにカットします。



○チキンの残りを有効に。

どんなに上手にさばいてもガラにはお肉が残ってしまいます。

フォークを使ってお肉をきれいに取り外してドレッシングやマヨネーズと和えて、チキンサラダ・サンドイッチの具材にすればオードブルのバリエーションが広がりますよ。



Youtube

防長苑チャンネルで

動画公開中

楽しいクリスマスをお過ごしください

やまぐち湯田温泉 防長苑
料理長

田中利明