

TBS「はなまるマーケット」和洋一流料理人が考案「香川の県産品を使ったオリーブオイル料理のレシピ」

2012年11月20日(火)放送のTBS「はなまるマーケット」で、香川の県産品を使ったオリーブオイル料理が紹介されました。番組では、和洋一流料理人の榎谷シェフ、吉岡シェフが来県し、小豆島を中心に「うどん県。それだけじゃない香川県」の美味しい食材を調査。選んだ食材を県産オリーブオイルを使って美味しい料理に仕上げました。お二人の驚きのオリーブオイル料理レシピをご覧ください！！



■榎谷周一郎シェフプロフィール

1973年生まれ 東京都出身。16歳から料理の道に入り、様々なお店で経験を重ね、1994年から約3年間、北京のイタリア料理店でシェフとして腕を磨く。帰国後、都内有名店で修行し1998年に「オステリア ルッカ」をオープン。TVや雑誌などの活動に加え、誰にでも作れる料理を、誰よりもおいしく作るをモットーに日々腕を振るう毎日である。



■吉岡英尋シェフプロフィール

1971年生まれ、東京都出身。料理専門学校卒業後、東伊豆「つるやホテル」に入店。その後、名だたる和食の名店で修行を積み、永田町「瓢亭」では首相官邸出前料理番を任される。2000年に独立し「なすび亭」をオープン。かの『ミシュラン東京』でも2年連続で星を獲得するなど、和食界きっての気鋭料理人として高い注目を集めている。

・イタリアンメニュー

■ 榎谷シェフ] アンチョビのソース

〔材料〕

アンチョビ : 1缶(45g)

ピュアオリーブ油 : 大5

レモン : 2個

エクストラバージンオリーブ油 : 大2

* フライパンにアンチョビの缶詰の油を入れる、残ったアンチョビは軽く叩きから入れる。ピュアオリーブ油を加え中火にかけ、中身が沸騰してアンチョビが溶けたら火からおろし、絞ったレモン汁、エクストラバージンオリーブ油を足して軽く混ぜ合わせ粗熱をとって完成。



【榎谷シェフ] アンチョビソースのサラダ

〔材料〕

アンチョビソース、キュウリ、マッシュルーム

タコ、塩、黒コショウ全て適量

* キュウリは丸切りにして軽く塩を振る。マッシュルーム、タコは食べやすい大きさに切る。アンチョビのソース、黒コショウを加えよく混ぜ合わせて完成。



【榎谷シェフ】 ルッカちゃんソース

〔材料〕

ニンニク(みじん) : 1玉
ベーコン : 35g
ピュアオリーブ油 : 100cc
パセリ : 1株



* ニンニク、ベーコンを細かく刻みピュアオリーブ油を加えたら弱火に3~4分かける。火をから降ろし、刻んだパセリを加え粗熱がとれたら完成。

【榎谷シェフ】 ガーリックトースト

〔材料〕

ルッカちゃんソース
バゲット



* バゲットにルッカちゃんソースを塗り、トースターで約2分程度こんがりするまで焼いて完成。

【榎谷シェフ】 魚(ハマチ)のソテー

〔材料〕

ルッカちゃんソース
ハマチ



* ハマチを焼いて、ルッカちゃんソースをかけて完成。

【榎谷シェフ】 鶏手羽元のトマト煮込み

〔材料 4人分〕

鶏手羽元 : 10本

シイタケ : 6個

ヒラタケ : 1/2パック

ホールトマト : 1缶

オリーブの塩漬け : 12個

ニンニク(千切り) : 2片

小麦粉 : 適量

ピュアオリーブ油 : 大3

エクストラバージンオリーブ油 : 大2

水 : 適量

塩 : 適量

コショウ : 適量



- ①鶏肉に塩、コショウ、小麦粉をまぶす。
- ②フライパンにピュアオリーブ油(大3)をひき、強火で鶏肉を焼く。
- ③シイタケ、ヒラタケを適当な大きさにきり、ニンニクは千切りにしておく。
- ④②のフライパンにキノコ、ニンニクを加え一緒に焼く。
- ⑤鶏手羽元の周りに焼き目がついてきたら、裏返し、具材が隠れるくらいまで水を入れ、潰したトマトホール缶、オリーブの塩漬けを加えて約10分程強火で煮込む。
- ⑥水分が減ってきたら、火を止めてエクストラバージン油(大2)をまわしかけて完成。

【榎谷シェフ】 イカ入りペペロンチーノ小豆島風

〔材料 2人分〕

パスタ : 200g

イカ : 1杯

ニンニク : 1片

万能ネギ : 適量

卵黄 : 2個分

ピュアオリーブ油 : 大2

鷹の爪 : 1/3本

水 : 100cc

だししょう油 : 大1

エクストラバージンオリーブ油 : 大1



- ①イカは皮を剥いて、一口大に切っておく。
- ②みじん切りにしたニンニクをピュアオリーブ油に5分ほど浸したオイル、くだいた鷹の爪を入れて弱火で2分程加熱します。
- ③ニンニクに色がついてきたら水、茹でたパスタ、イカを加えさっと混ぜ合わせてから皿に盛る。
- ④エクストラバージンオリーブ油とだししょう油を同量混ぜ合わせ、パスタにかけて、ネギ、卵黄をのせて完成。

【吉岡シェフ】和風カルパッチョ

〔材料 4人分〕

ハマチ(刺身用) : 1冊(5mm幅)
昆布の佃煮 : 適量
しば漬け : 適量
大葉 : 10枚
エクストラバージンオリーブ油 : 大1と1/2



- ①ハマチを5mm幅に切り、昆布の佃煮、しば漬け、千切りにした大葉をハマチの上に盛り付ける。
- ②エクストラバージンオリーブ油をかけて完成。

【吉岡シェフ】オリーブオイルの炊き込みご飯

〔材料 2合分〕

---(下味)-----

ブリ : 2冊
シイタケ : 3枚
ヒラタケ : 1/2パック
ピュアオリーブ油 : 大1
酒 : 大2
しょう油 : 大2

米 : 2合分
オリーブの塩漬け : 20個
ショウガ(千切り) : 1片
水菜 : 1株
ピュアオリーブ油 : 小1
酒 : 大2
しょう油 : 大1
薄口しょう油 : 大1



- ①ブリを皮つきのまま一口大に切る。
- ②フライパンにピュアオリーブ油(大1)をひき、ブリを中火で軽く焼き目がつくまで焼く。
- ③シイタケ、ヒラタケ、オリーブの塩漬けを適当な大きさに切る。
- ④②にキノコも加え、ブリに焼き目がつくまで焼いたら酒(大2)しょう油(大2)を入れ下味をつける。
- ⑤ご飯をとぎ、酒(大2)、しょう油(大1)、薄口しょう油(大1)、水を2合の目盛りまで加える。
- ⑥④を炊飯器に加え、皮を剥き千切りにしたショウガ、オリーブの塩漬け、ピュアオリーブ油(小1)を加えて炊く。炊きあがったら刻んだ水菜を加えよく混ぜ合わせて完成。

【吉岡シェフ】 サツマイモのオリーブオイルコロッケ

〔材料 4人分〕

サツマイモ : 1と1/2本

卵黄 : 1個分

卵白 : 1個分

ピュアオリーブ油 : 140cc

小麦粉 : 適量

パン粉 : 適量

塩 : 適量

コショウ : 適量



- ①卵黄にピュアオリーブ油を少量ずつ加えてマヨネーズ状になるまで混ぜる。
- ②サツマイモ(ラップをして600ワットの電子レンジで約6分程度加熱)をつぶし、①と混ぜ合わせ、塩・コショウを加えて味を調える。
- ③②を丸めてゴルフボールくらいの大きさに形成し、小麦粉、卵白、パン粉をつける。
- ④フライパンにピュアオリーブ油を、タネが半分程浸るくらいまで入れ、中火でこんがりと色がつくまで揚げて完成。