

## 第 14 回フランス料理勉強会

### －「第 2 回エスコフィエ・フランス料理コンクールの決勝課題料理から学ぶ」－

### 決勝課題「Poularde Alexandra (プーラルド・アレクサンドラ)」

第 14 回フランス料理勉強会は「第 2 回エスコフィエ・フランス料理コンクールの決勝課題料理から学ぶ」をテーマに、二日間に渡って実施した。

第一日目は、実行委員と課題料理を出題したコンクール委員会で課題料理を分析してテーマを決めた。

- \* 使用食材の知識と理解
- \* ピケについて
- \* 鶏のムスリーヌについて
- \* ポシェについて
- \* ソース・モルネーについて

それらを中心にした意見交換で二日目に向けてのディスカッション素案を作成した。



第二日目は、第 2 回エスコフィエ・フランス料理コンクール優勝者の能勢洋氏（帝国ホテル）に決勝課題料理を再現してもらい、同コンクールで決勝進出をしたメンバーを含む実行委員と 4 名の勉強会参加者としてポイントをチェックしながら料理作成、そして仕上がりを確認してから意見交換、質疑応答の勉強会へと移った。

#### ～材料表～

Poularde de Bresse (Pour Alexandra)	ブレス産肥育鶏 (アレクサンドラ用)
Poulet (Pour mousseline et fond)	若鶏 (ムスリーヌ、フォン用)
Truffe トリュフ	Langue écarlate 赤い塩舌肉
Blanc d'œuf 卵白	Oignon たまねぎ
Carotte 人参	Céleri セロリ
Poireau ポロねぎ	Persil パセリ
Thym タイム	Laurier ローリエ
Clou de girofle 丁字	Fond blanc de volaille 鶏のフォン・ブラン
Crème fraîche 生クリーム	Champignon de Paris シャンピニオン
Beurre doux 無塩バター	Farine 小麦粉
Lait 牛乳	
Fromage râpé (Gruyère, Parmesan)	おろしチーズ (グリュイエール、パルメザン)
Asperge verte グリーンアスパラガス	Feuilletage フィユタージュ
Sel 塩	Poivre 胡椒



#### ～ルセット～

プーラルドをブリデする。シュプレーム部分に、ラング エカルラートとトリュフをピケし、フォン・ブランでポシェする①。シュプレームを切り取り、そこに ムスリーヌを詰め②、もとの形になるように、ファルスの形をととのえる③。

オーブンの手前にフォンを入れたバットを置き、網にプーラルドをのせフォンをかけながら火を通す④。火が通ったら、プーラルドにソース・モルネーをかける⑤。強火で色をつける⑥。

皿にソース・シュプレームを少量敷き、中央にプーラルドを盛り、まわりに下記のバルケットを盛る。別器でソース シュプレームを添える。

①



②



③



④



⑤



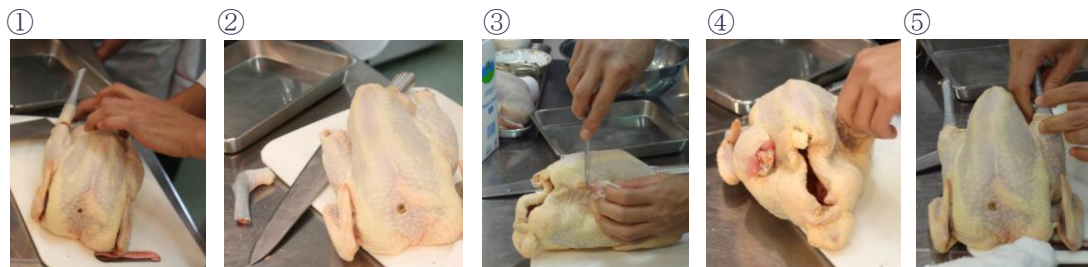
⑥



～前日の実行委員の打ち合わせで、実際のコンクールでは3人共ポシェは鶏全体を液体に浸けて火入れしたとの事。

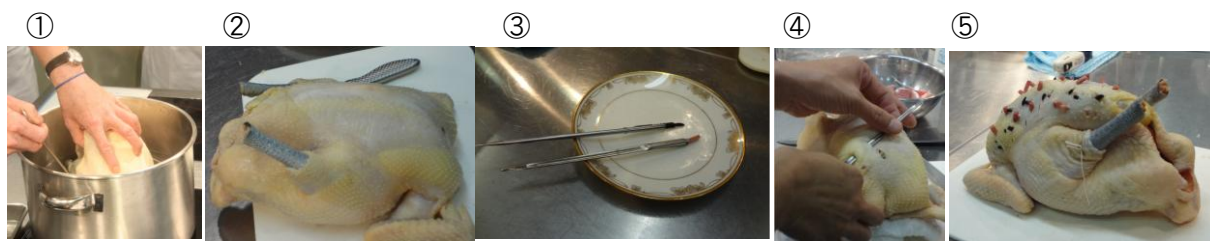
### 《Habiller》 ～プレス鶏の足の下処理～

関節より少し上の方に切り込みを入れて①、足先を切り落とす②。切り口をめぐって関節近くで骨を切り落とす③④。袋状になったところへ、短く切り落とした足先を刺し込む⑤。



### 《Brider , Piquer》 ～ブリデ、胸肉へのピケ～

ピケしやすいように鶏の胸肉をフォンにつけて皮に軽く火を入れる①②、ラング エカルラートとトリュフ③をピケする④⑤。



Q.メインであるプレス鶏の下準備での“鶏の足先の骨を切って戻す”という作業のことについて聞かせて下さい。

A.この作業は、鶏の下処理としては一般的ではないが、出場者にこのようなやり方があることを知ってほしくコンクールの中に取り入れてみた。足を短くする理由は、短くした方がこの料理のようにポシェをする時、またその後、胸肉をはずし、そこをムースで復元してその部分全体にソース・モルナーを掛けてグラッセする際扱いやすいこと、また、見た目も整ってきれいであること。そして、プレス鶏という高級な鶏を使ったという証になることなどがある。本来のやり方は、鶏は下腿の骨を除き、袋状になったところへ、爪を切り落とした中指だけにした足を刺すが、使用したプレス鶏は、足先を切り落としたものなので足の中指をつけた形には出来なかった。

Q.浅野会長にお聞きしますが、フランスでの修行時代にパリのマキシムではこのような鶏の下準備をされた経験はおありでしょうか。

A.フランスでも日常ではやっていなかった。私はやった経験はない。思うに、昔、ホテルなどでは特別なプレゼンテーションのときにやっていたのかもしれない。(浅野)



### 《Mousseline ou Farce Fine à la Crème》

#### ～ムースリーヌすなわちファルス・ムースリーヌ・ア・ラ・クレーム～

胸肉 300g に調味料(塩 4g、白胡椒)を加えて、ロボクーブで細かに潰す①。卵白 3 個分を少しずつ加えながらさらにロボクーブを回し、きめ細かなすり身にする②③。目の細かい裏濾しにかける④。ボールに移し氷水で冷やし、ヘラでかきまぜながら少しずつ生クリーム 300cc を加え合わせる⑤⑥。



Q. ムースリーヌを作るにあたり、ル・ギード・キュリネールには「卵白の分量は用いる肉の性質や状態によって決める。鶏や仔牛のように白っぽく柔らかい肉の場合は、それより成長した家畜のやや堅くなった肉に比べて卵白は少なくてよい。事実、鶏のフィレなどをまだ温かいうちに使ってムースリーヌを作るようなときは、卵白を省くこともできる。」と注釈があったが、肉が温かいうちに、とはどのようなことを意味するのか。(能勢)

A. その文献のあたたかいという意味がよくわからないが、肉の繊維がジューシーな方がペースト状になりやすい。きめが細かいと、クリームを吸いやすく一体化しやすい。枯れた(年をとった)繊維であると、粒々になってしまう。火が通っていると結着力がなくなってしまうので火が通っている肉を使ってムースリーヌを作るという事はあり得ない。鶏など殺したてで生温かいということであればわかるが…。(堀田)



Q. ムース料理は女性があまり嗜まなくていように作られたのが基と聴いているが、「ブーラルド・アレクサンドラ」もエスコフィエがアレクサンドラ(皇太子時代にパリで食通で有名であったイギリス国王ワード7世の妻)に捧げるためにムースを使ったこの料理を創作したのか。(佐々田)

A. かつて17世紀の王侯貴族の間では女性が大きく口を動かしながら食事をするのは品がないとみなされ、嗜まなくてもよいピュレやムースが流行したという史料はあるが、それとブーラルド・アレクサンドラのとの因果関係はないと思う。(水野)



### ～鶏のポシェ～

もも肉位までの量のフォンで蓋をしてポシェする。その時、鶏の上には布巾などを被せておく①②。80度弱で時々アロゼしながら火を入れる③④。

①



②



③



④



Q. 今回、鶏をポシェする際、もも肉の所まで液体を入れてという方法をとって検証してみたが、コンクルの時は、当然、もも肉のほうが、火が入りにくいと分かった上で鶏をフォンに完全に浸けて火入れした。胸肉はしっかり仕上げなければいけないので火加減にはかなり気を配った。(久保)

A. アロゼというテクニックがあるのだから胸は液体に浸さずとも十分火が通る。しかし、もも肉も同じタイミングで仕上げたいからその部分は液体に浸けて火を入れる。胸肉ともも肉の筋束の塊の違い、熱伝導の違いを考えると言う事。どういう料理をつくりたいかである。そのひとつは、すぐ火が通る胸肉まで液体をつけてしまうと、胸肉から味が抜け、火が通りすぎてしまう。胸肉をおいしくたべるためにはどうするかを考える。ふたつ目は、今回は鶏を食べる分だけのおいしいソースを作りたいのだから、フォンは胸肉が浸かるほど必要ではない。リッチ(味とコクのある)なソースを作るにはどうしたらいいか無駄のないように結果を考え計算しながらやっていくことも大切である。(堀田)



### 《Roux》

バター50gを鍋に入れて弱火にかけて溶かし、ふるった小麦粉を60g入れて混ぜながら炒める。

### ～アドバイス～

ソース・ベシャメルやソース・シュブレームなどルーをつなぎにして作るクラシック・ソースは、ルーを作る時点で粉に色をつけたいよう木べらでよくかきまぜながらゆっくりと火をいれること。液体を加えて沸騰してきたら澱粉を十分に煮切らないとソースの味はもとより、なめらかでつやのあるソースに仕上がらない。(井上)

### 《Velouté》

ルー40gに、鶏の煮汁①②（鶏のフォン・ブランに香味野菜、鶏の手羽先、ガラ、足肉など適量を加えてアクや浮き脂を取りながら味が濃くなるまで煮て漉し、この中でプレス鶏をポシェする）を400ml加えて溶きのばす③。よく混ぜながらしばらく煮てなめらかなヴルーテに仕上げる。

①



②



③



### 《Sauce Suprême》

プレス鶏の煮汁400ml,シャピニオン100gを鍋に入れて煮て風味をつける①。これをヴルーテの濃度を見ながら適量を加えていき、さらに生クリーム400mlを加えて煮る②。ソースの味がまとまれば漉す③。

①



②



③



Q. 今回のソース・シュプレームの作り方について説明して下さい。

A. 本来ソース・シュプレームはポシェしたキューソン（煮汁）でソース・ヴルーテを土台にして作るが、私はコンクールでは、キューソンベースでなくソースのみを単独で作り上げた。方法はフォン・ド・ヴォライユにカルカス（鶏ガラ・手羽先など）とミルポアを入れ、味を濃いフォンに作り上げ、それにシャピニオンを加えて煮て、最後に生クリームを加えてシュプレームソース用に仕上げた。今回の勉強会では、フォン・ド・ヴォライユにカルカスとミルポアを加えてエキュメしながら煮込んで濃いフォンをまずとって、それで鶏をポシェし、そのキューソンでソースを仕立てた。周知のように、料理の完成まで行き着くにはいろいろな過程があるが、コンクールなど制約された時間でよりよい結果を出すにはどの方法を選ぶか、理にかなった判断をするのも技量の内であると思う（能勢）

### 《Sauce Mornay》

ルー65gと牛乳500ccでソース・ベシャメルを作る①。おろしたパルメザンとグリエール各50gを加えて混ぜながら完全に溶かす②。仕上げにバター100gを加える。

①



②



Q. ソース・モルネーについて。我々は温かいベシャメルの中にチーズをいれ、溶けたら仕上がりとしていたが、出場選手の中には「それをもっと火にかけて光沢を出してからプーラルドにかけた方がきれいなものができる」という意見もあったがこの考えはどうか。（佐々田）

A. どちらを選ぶかは作り手の考え方でいいと思うが、私はチーズを入れてからまた火にかけて艶をだすということはない。（浅野）

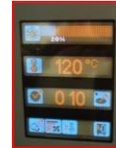


～ファルスを塗った鶏のポシェについて～



Q.この料理のファルスをした鶏の火入れは、前回実施した「仔鳩のネル風」の時と同じオーブンで行なう作業である。コンクールではルセット通りオーブンを使用したが、今回はコンベクションオーブンを使用した。どのような温度設定、条件で行なったか。

A.今回はコンベクションオーブンを使い温度120度で2割の蒸気をいれて火を通してみた。調理機器の進歩によって調理法も随分と変革と革新してきた。作業の新旧をこのような形で検証できるのは大変勉強になる。(柏木)



～ソースをかけてグラッセする～



◆コンベクションオーブンで焼き色をつけるのは、ファンがあるので、熱が均一にまわるので今回は均一に色づけができたが、オーブンだったら今回のようにうまく焼けないのではないかと感じた。オーブンだとソース・モルネーの濃度がゆるいと流れてしまうかもしれないし、硬すぎても毛羽立ちがでてしまうのではないかと思った。(柏木)

◆オーブンならもう少し時間がかかるので、ソース・モルネーがもう少し流れたらう。今回は、コンベクションオーブンだったのでモルネーの層ができてしまっていた。コンベクションオーブンの場合は、ソース・モルネーの濃度がもう少し薄くても良かったらう。ソースはもう少し流れた方が均一になるし層もできないのではないか。使う機器に応じて方法を変化させる技の見せ所といったところか。(堀田)



《Barquettes aux Pointes d'Asperges liées au Beurre》

～バター風味のアスパラガスの穂先を詰めたバルケット～

フィユタージュでバルケットを焼き①、塩茹でしたアスパラガスの穂先をバターでからめる②。その上にプレス鶏のシュプレームの薄切りをのせる③④。

①



②



③



④



～アドバイス～

バター風味のアスパラガスなので、アスパラガスが茹であがったら、水分を良く切って熱いうちに素早くバターと合わせると良い。冷めたアスパラガスにバターを加えてソテーした場合、バター風味の美味しい味にはならない。(井上)



## 勉強会メンバーのひとこと

当初、いろんなポイントを学ぼうと思っていた中で、足の挿し方やピケする前の胸部分のブランシール、ピケの仕方が疑問点として有った。実際やってみて難しい料理だったと改めて思った。(能勢)

火の通し方、フォンの取り方、焼き色のつけ方など、コツのひとつひとつを理解しての作業となったので、コンクールのときより今回の仕上がりは格段に良かったように思う。(久保)

先を見て仕事をしなければと常々考えているが今回のピケのようにカットした後、見栄えという表れる作業はなかなか実務でもする機会がなかったので勉強になった。(能勢)

トリュフ、ラング・エカルラートのカットの仕方・大きさ、ピケの方向・挿し方など細かいテクニックが良く理解できた。この料理について「この点は本来はどのようなのだろうか」と今でも仲間とよく話すのだが、自分の想像の域でしか分からずじまいだったので今回コンクールの紐解きが出来て収穫が多かった。(久保)

### ～アドバイザーより～

「Poularde Alexandra」の料理を課題テーマに古典フランス料理を研究した勉強会も、充実し立派な成果を上げていると確信します。今後もエスコフィエ料理技術の基礎を磨き、クラシックフランス料理発展、後輩育成に励んで下さい。会の継続を願っています。(浅野)

コンクール料理を作りっぱなしにせず、このように検証することが大事なことである。今日検証したクラシックな料理が後々発送転換の基になると思う。(堀田)

昔は調理器具も違った。例えば、北京ダックは基本的に皮を食べる。肉の部分は犠牲にしても如何に皮を美味しく食べるかを考えて調理する。基本的には「プーラルド・アレクサンドラ」も胸の部分を美味しく食べるためにも肉を犠牲にする贅沢な料理で最高のおもてなしが行われた。現在は調理器具も驚くべき発達を遂げ、もも肉も美味しく調理出来るようになった。当時はそれが難しかったのではないかと(福田)



私もかつてコンクールに挑戦した経験があるが、「どうしたら予選を通るか、どうすれば決勝に進めるか」と毎回考えていた。その考え方で古典を習うには、まずフランス料理は小麦の文化であるという認識が重要である。いくつか有るつながりの中のルー、そこには小麦が入っている。この大切な技法を知っていれば、大量調理や限られた食材の中で対応できる技術が身に付く。そういう意味で今日はいろんな技術が集約された料理だったと思う。本当のフランス料理の原点に立ち返り、何が一番大切なのかを考えた時に、小麦の文化をもう一度考え直して、日々の料理やコンクール、研究課題で大いに議論して戴きたい。(福田)

### ～勉強会参加者～

#### 【実行委員】

柏木健一（ホテルグランヴィア大阪）  
久保康志（宝塚ホテル）  
佐々田京（ホテルグランヴィア大阪）  
能勢洋（帝国ホテル）

#### 【一般参加】

加藤真吾（帝国ホテル）  
竹下公平（第五回優勝者/浦和ロイヤルパインズホテル）  
武智大輔（第五回決勝進出者/セルリアンタワー東急ホテル）  
村上知親（ホテルニューオータニ）

#### 【アドバイザー】

浅野和夫（協会会長）  
堀田大（副会長/コンクール委員代表）  
井上静男（勉強会担当副会長）、福田順彦（勉強会担当理事）、水野邦昭（勉強会担当理事）



## 【感想】

テタンジェコンクールやボキューズドールコンクールには、参加していましたが、エスコフィエコンクールには参加した事がなく、いつかは絶対にトライしたいと思っていました。エスコフィエ協会のフランス料理勉強会に実行委員として参加出来た事で、クラシックを見直す大変良い機会に恵まれました。

各コンクールにはそれぞれの特徴があり、テタンジェコンクールは「ガストロノミーのエベレスト」と言われる、過去 45 回開催の伝統ある国際料理コンクール。

ボキューズドールコンクールは、約 1 年～2 年の準備練習期間をもうけ、最先端の技術を駆使したまさに料理のオリンピックです。どちらのコンクールにしてもテーマ食材等の指定はありますが、本的にオリジナルな料理を競う大会です。

一方、エスコフィエコンクールの決勝課題は、エスコフィエの「ル・ギッド・キュリネール」から出題される古典料理となっており、このエスコフィエのルセットを紐解くには、確かな技術とより深い知識が必要です。今回のポシェの技法などは、現代の料理にも何かヒントを与えてくれる素晴らしい技術だと思います。クラシックを知る事は、時代背景や文化と共に、沢山の発見と刺激を与えてくれます。まさに～温故知新～。

私達、フランス料理勉強会のテーマです。

(ホテルグランヴィア大阪 柏木健一)

