

ファームホトトギスひらおか地鶏園より

この度はホトトギスで育てている「岡崎おうはん」の地鶏肉をお買い上げいただきありがとうございました。

岡山の山あいにあるとても小さな養鶏場で、現在200羽ほど飼育しています。卵は年中ありますが、肉の販売は一年に数回しかなく、数も少ないので完全限定販売になります。とっておきの味をご賞味ください。

＊次回の販売は7月になります。

おすすめ地鶏レシピ

長期間飼育された地鶏です。（通常の若鶏は60日、銘柄鶏は70-80日）

運動量が多いために肉がしまっていて、歯ごたえがあり、深い風味とうま味があります。シンプルな味付けで、肉のうま味を生かした料理が向いており、歯ごたえを楽しんでください。発酵飼料や繊維質の多い草やぬかななどを食べているので、臭みが少なく、皮や脂肪の部分が特においしいです。

一般的な若鶏の肉と比べてジューシーさや柔らかさはありませんが、食べたときの満足感や、肉からしみでるうま味がまったく違います。表面的な美味しさではなく、全身が喜ぶ、体が元気になる、そんな肉です。

味の濃いソースや味の素などはかえって肉の美味しさがぼやけてしまうので、できるだけ使わないほうがよいです。おすすめは塩のみ！普通の食卓塩を適量使って下味をつけ、好みで醤油や七味、胡椒などの薬味、ハーブ、スパイスなどをアクセント的に使うとより美味しさが引き立ちます。

部位ごとのおすすめ調理法

モモ

鍋か焼き鳥が最高です。塩で食べてください。炭火焼きが最高ですが、フライパンでもいけます。焼き上がったあとの油にもうま味がでていますので、ネギやキノコなどを炒めてください。

ムネ

シンプルなソテーがうまいです。鍋に入れるときは薄切りにして火を通しすぎないようにします。そぎ切りにして粉をふってから入れてもおいしいです。

ササミ

ゆでてからサラダに。沸騰させないように！（裏技：味噌汁に丸ごと入れて保温。肉だけ別に食べます）

鶏ガラスープについて

じっくりと煮込んだシンプルなスープです。塩以外の味をつけていませんので、お好みの風味に仕上げてください。カレーや煮込み料理のベースに使ってもおいしいです。鍋にするときには、だしの素などは使わずに、豚肉や魚介などを一緒に入れるとあっさりコクがでます。

- ・基本の塩　　ネギの青いところ、しょうが、塩味で仕上げに醤油垂らして（青菜、キノコ）
- ・コリアン　　ごま油たっぷり、すりごまにおろしにんにく、米粉でトロミ付けても（白菜、豆腐）
- ・濃厚　　　　バター味噌、お好みで甘みを足しても（根菜）
- ・吸い物風　　昆布、酒、塩、甘さはお好みで。ぱらっとゆずか七味で（油揚げ）

ソテーアイデア

定番はバター、ニンニクと塩こしょうですが、お好みで照り焼き風にしたり、オリーブオイルとハーブ（ローズマリーがおすすめ）などでも。塩もみして下味をつけて、弱火でじっくり焼いてください。薄く切ってからサラダと盛りつけると食べやすいです。

番外：肉が足りないときは...

豚モモの角切りと一緒に焼く！バラのしゃぶしゃぶ肉を鍋に入れる！牛すじと煮込む！... どう？

「岡崎おうはん」は卵肉兼用の品種で、卵、肉とも非常に味がよく、また丈夫で強いために平飼いや放し飼いやなどにも向いています。