

有馬シェフ特製レシピ 夏野菜のジャンバラヤ

<材料 2人前>

(は必須。 は手に入れば適宜使用)

カルローズ(1カップ)
鶏肉(100グラム)ひと口大のカット
生ソーセージ(2本、100グラム)
ひと口大のカット。ソーセージでも可

(A)それぞれ1センチの角切り

セロリ(大さじ1)
タマネギ(1/6個)
パプリカ・赤(1/4個)
ピーマン(1/4個)
ナス(大さじ1)
ズッキーニ(大さじ1)
ピーツ(大さじ1)

ニンニク2分の1(つぶし)

スープ(1.2カップ 鶏のスープ)水でも可

オリーブオイル(エクストラバージン、適宜)

(B)トッピング

温泉卵(ひとり1個)
プチトマト(4個)
ピクルス(スライスして大さじ1)
オリーブ(瓶詰めのを大さじ1)
イタリアンパセリ
ライム(スライス4枚)
青唐辛子酢漬け(2本)
トウモロコシ(大さじ1)
日本ハッカ(ミントでも可)

生ソーセージ、唐辛子酢漬けは外資系スーパーなどで購入できます。



使用したスパイス

トマトペースト(大さじ1)ピュレーでも可
チリパウダー(辛さに応じて、小さじ2が目やす)
ローリエ(1枚)
コリアンダー(小さじ2分の1)
パプリカ(小さじ1)・・・など

写真のスパイスは、実際にシェフが使用したもの。入手できるスパイスを適宜使用(特に重要なスパイスは赤字)。



<調理方法>

- 1 米をさっと洗い水気を切る。
- 2 厚手の鍋にオリーブオイル少量とつぶしたニンニクを火にかける。香りが出たら、鶏肉とソーセージを加えて炒める。
- 3 焼き色が付いたら、「A」の角切り野菜を加えて炒める。
- 4 米にオイルをなじませながら、透き通るまで中火で炒める。トマトペーストを加える。
- 5 スパイスを加えて、鶏のスープ(水でも可)を入れて強火で一気に沸騰させる。
- 6 全体を底から一度かき混ぜて、フタをして弱火で10分加熱。
- 7 軽く混ぜ直して、火を止めて5分~8分蒸らす。
- 8 「B」のトッピング素材を上から散らして、温泉卵を添える。



有馬邦明シェフ

門前仲町「Paso a Paso(パッソ ア パッソ)」シェフ。
ロンバルディア州やトスカーナ州で修行を積み、2002年同店を開く。
素材のふるさと生産者から受けた感動をメニューに表現する高い感性が評価され、現在注目される若手シェフのひとり。



【カルローズ販売店】

- ・カルディコーヒーファーム
- ・紀ノ国屋 インターナショナル(青山)、吉祥寺店、等々力店、鎌倉店
- ・ナショナル麻布スーパーマーケット
- ・日進ワールドデリカテッセン

