

RECIPES【鴨】

VOICE

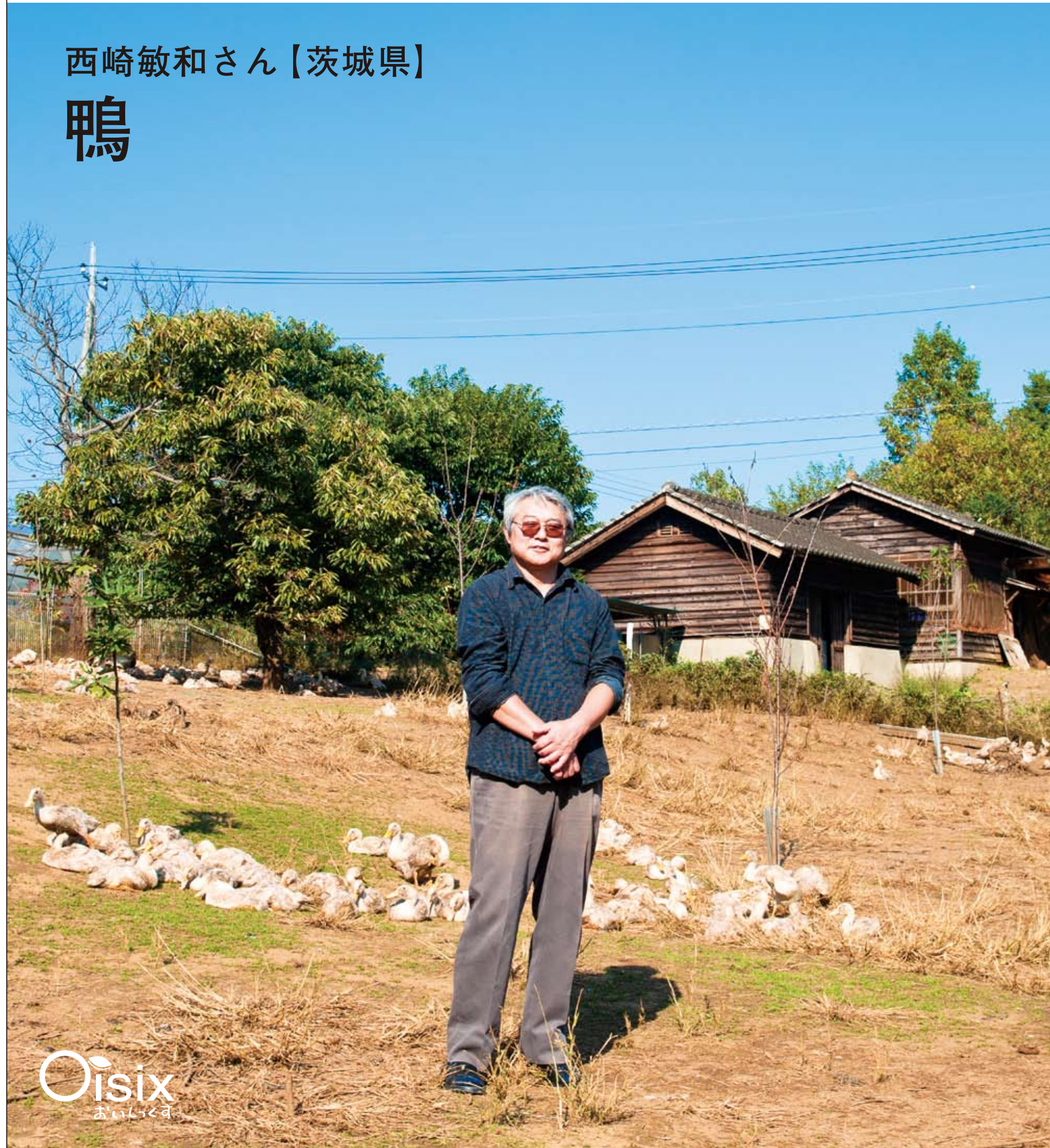
伝えたい声は、
生産者さんの想い

#29

【ヴォイス】 / #29 / DECEMBER 2010 / www.oisix.com

西崎敏和さん【茨城県】

鴨



Oisix
おいしく



鴨肉とりんごのソテー

クリスマスパーティのメインにもなる一品です。

【2人分】

鴨肉ムネ…100g りんご…1/4個 玉ねぎ…1/4個 塩…こしょう…少々
ルッコラ…お好みで
<A> 白ワイン…大さじ1 生クリーム…大さじ2 塩…小さじ1/2

- ① 鴨肉の両面に塩・こしょうをし、強火のフライパンで皮目をきつね色になるまで蓋をして焼いたら裏返して弱火にし白ワイン(分量外)を少し入れて蓋をして焼く。
- ② ①を取り出し3mmにスライスしたりんごと玉ねぎを炒めたらお皿に取り出す。
- ③ ②に<A>を入れてひと煮立ちしたら、スライスした鴨肉にかける。

【中沢 フレッシュクリーム45%】(税込242円／100ml)

鴨肉を焼く前に20～30分位常温に置いてから焼くと
中まで火が通りやすくなります。



鴨肉のパテ

鴨肉のくせがないから食べやすくおすすめ。

【2人分】

鴨肉ムネ…100g 生クリーム…大さじ2 塩…小さじ1
ピンクペッパー…適量 お好みのハーブ…適量

- ① 鴨肉を適当な大きさに切りフードプロセッサーにかけ、生クリームと塩を入れてさらになめらかになるまでかける。
- ② ①にピンクペッパーとハーブを混ぜて耐熱容器に入れ、湯気の立った蒸し器で15分位弱火で蒸したら、粗熱を取り冷蔵庫で冷やす。

【ピンクペッパー】(税込420円／20g)

パンにのせて食べたりワインのおつまみにもぴったり。



鴨団子鍋

鴨団子とおいしい鴨の出汁が楽しめるお鍋です。

【2人分】

鴨肉ムネ…200g れんこん…70g 万能ねぎ…適量
塩…少々 小麦粉…適量 お好みの野菜…適量 だし汁…適量

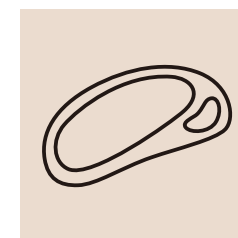
- ① 鴨肉を包丁で粘りが出るまでたく。
- ② れんこんをおろし1cmに切った万能ねぎと塩を①に入れ、粘りがでるまで混ぜる。
- ③ ②をスプーンで一口大に丸めて小麦粉をまぶし、高温の油でサッと揚げて鴨団子とお好みの野菜を切った鍋に入れる。

【岩国れんこん】(税込365円／150g)

お鍋のシメにはうどんをどうぞ。

レシピ提供：Oisix 小林百合佳

ACTIVITY REPORT【OisixのVOICE】



お肉にも食べごろがあります

専門店のステーキがおいしいのはいいお肉だから？それもありますが実は「熟成」がポイント。適切な温度・湿度で時間をかける必要があるので、家庭では大変ですね。「スーパーのお肉だって熟成されているのでは？」これが難しいのです。牛肉は熟成すると黒ずんで、おいしそうに見えません。豚肉も色が悪くなり、鶏肉は熟成後の食べごろが短く、見た目のよさや何日も並べることが前提のスーパーでは扱えないのです。Oisixのお肉は食べごろを見きわめてお届け。鶏肉はいちど凍結し熟成をストップしてお送りしているので、クールならお届け後24時間以内に。冷凍なら召し上がる12時間前に冷蔵庫に移して解凍すると、ベストなおいしさが楽しめます。

voiceのバックナンバーはこちら <http://www.oisix.com/voice>

西崎敏和さん【茨城県】



KAMO【鴨】



穏やかにありのまま

一番大事なのは育つ環境
「小屋の中で窓から外を眺めるだけの一生。自分だったらどう思う？」そう問われてハッとさせられた。ごく当たり前の自然環境の中で放し飼い。西崎ファームの鴨の頭上には、開けた空と太陽がある。鴨たちは、群れず、騒がず、それぞれのお気に入りの場所で、べたんと座りそよぐ風を楽しんでいるよう。
「ガーガー」鳴いてる様子を想像してた？ ストレスの少ない、そのままの鴨はこれだけ静かなんだよ」
ここでは鴨同士が会話を楽しむような、柔らかな声が時おり聞こえるだけ。
「人間から見たらのんびり見えるけど、彼らからするとそれが普通のこと。出来るだけ機嫌よく過ごしてほしい。一番大事なのは、育つ環境だから」

鴨が自分で育ってくれる

冬になると、真鴨をはじめ飛来してくる渡り鳥を多く見ることのできる筑波山の麓。西崎さんが「健康な鴨が育つの必要」と話す、良質な空気、水、光がそこにあります。飼料には遺伝子組み換えや、保存料の入ったものは使わず、抗生物質、ワクチンなどの薬も一切使用しません。与えるのは、主にトウモロコシや近隣でとれた蕎麦粉、自ら必要な分だけ食べられるミネラル豊富な緑草など。
「ごく当たり前の環境と飼料で、あとは鴨が自分で育ってくれる」
ありのままに、自分のペースで育つ鴨は成長を急ぎません。そのため筋肉のバランスも良く、体躯も

しっかり。
「人に飼われている時点で本当の自然環境だなんてことは言えない。でも、今よりもっと彼らのためになるようにしたい」

安全安心を売りにしたくない

「他とはここが違います」「オンラインワン」…、そんな謳い文句が溢れる中、新鮮に響いた言葉。
「西崎ファームならではのこだわりは？」って訊かれることがあるけどね、農場もすべて手作りだし、育て方もやろうと思えば誰でもできるやり方でやってきた。もし、誰かに真似されることがあれば、それこそこれまでやってきた意義があったと感じるね」
最後に、これからについて語ってくれたこと。
「安全安心を売りにしたくない。そんなことを意識しなくても、ごく普通に、当たり前に手にとってもらえるようになれば」

クリスマスに年越しに



年末のこの時期、鴨肉はクリスマスパーティーにも、年越しそばにも使える食材。
「食感も柔らかく、特別な味付けをしなくても本当においしい」
西崎ファームの鴨は、お客さまをはじめ多くのプロからも認められ、専門店でも振舞われています。