

「カルローズスティック 焼リゾット」

草野 雅彦 氏 (株)益正グループ

(第4回「カルローズ」料理コンテスト2016 デリ部門 入賞作品)



1. 下準備

《材料》

■リゾット用ライス

カルローズ 300g
水 300g
オリーブオイル 10g

■サフランライス

カルローズ 300g
水 300g
サフラン 0.1g
オリーブオイル 10g

■和風天然だし

水 1l
だし昆布 5g
かつお節 20g

■トマトソース

ホールトマト (缶詰) 仕込み量に応じ適量

■ベースリゾット

リゾット用ライス 400g
オリーブオイル 50g
フィレアンチョビ 10g
ニンニク 20g

玉ねぎ 120g
和風天然だし 100g
淡口醤油 5g
生クリーム (乳脂肪40%) 100g
パルメザンチーズ (刻み) 20g
モッツァレラチーズ (刻み) 20g
卵黄 (「つまんでご卵」自社養鶏卵) 40g

■サフランリゾット

サフランライス 200g
オリーブオイル 30g
フィレアンチョビ 5g
ニンニク 10g
黒オリーブ 15g
ドライトマト 10g
玉ねぎ 60g
パプリカ (赤・黄) 各15g
和風天然だし 50g
淡口醤油 3g
生クリーム (乳脂肪40%) 50g
パルメザンチーズ (刻み) 10g
モッツァレラチーズ (刻み) 10g
卵黄 (自社養鶏卵「つまんでご卵」) 20g

《作り方》

■リゾット用ライス

- ①洗ったカルローズをオリーブオイルで軽くソテーし、米全体に油が行き届いたら水を加える。水分が表面に見えない程度になるまで、中火でゆっくり混ぜながら加熱する。
- ②蓋をして、230°Cのオーブンで10分間炊く。オーブンから取り出し10分蒸らす。粗熱が取れたら、冷蔵庫で6時間以上寝かす。

■サフランライス

- ①サフランを30分ほど水に漬け色を出す。
- ②洗ったカルローズをオリーブオイルで軽くソテーし、米全体に油が行き届いたら①を加える。水分が表面に見えない程度になるまで、中火でゆっくり混ぜながら加熱する。
- ③蓋をして、230°Cのオーブンで10分間炊く。オーブンから取り出し10分蒸らす。粗熱が取れたら、冷蔵庫で6時間以上寝かす。

■和風天然だし

- ①だし昆布を水に30分間ほど漬け込む。
- ②①を火にかけて10分間ほどかけて沸騰直前まで温め、だし昆布を取り出す。
- ③1度沸騰させてからかつお節を加え、3分間ほど中火で煮出す。キッチンペーパーで濾す。

■トマトソース

ホールトマトの種を除き、ジュースとともにミキサーに掛けて、裏漉しする。約半量(235gなら120g)になるまで煮詰める。

■ベースリゾット

- ①フィレアンチョビは油を切り、包丁で細かくたたく。ニンニクと玉ねぎはみじん切りにする。鍋に、オリーブオイル、フィレアンチョビ、ニンニクを合わせて炒め、香りが出れば玉ねぎを加える。
- ②玉ねぎに火が通ったら、リゾット用ライスを合わせて炒め、和風天然だしと淡口醤油を加える。ひと煮立ちさせたら、生クリームを加え、2種類のチーズを振り入れて溶かし込む。
- ③②をボールに移し、卵黄を加えダマにならないようすばやく混ぜ込む。

■サフランリゾット

- ①フィレアンチョビは油を切り、包丁で細かくたたく。ニンニク、玉ねぎ、パプリカはみじん切りにする。黒オリーブとドライトマトは包丁で細かくたたく。
- ②鍋に、オリーブオイル、フィレアンチョビ、ニンニクを合わせて炒め、香りが出れば黒オリーブとドライトマトを加えて炒める。玉ねぎとパプリカを加える。
- ③玉ねぎに火が通ったら、サフランライスを合わせて炒め、和風天然だしと淡口醤油を加える。ひと煮立ちさせたら、生クリームを加え、2種類のチーズを振り入れて溶かし込む。
- ④③をボールに移し、卵黄を加えダマにならないようすばやく混ぜ込む。

2. 4種類の カルローズスティック

《材料》

■海老とホタテのパエリア風リゾット

サフランリゾット 200g
ムキエビ 20g
ホタテ貝柱 20g

■南仏風ラタトゥイユ仕立てリゾット

ベースリゾット 200g
トマトソース 30g
ベーコン 10g
ズッキーニ(赤・黄) 各10g

■バジルチキンリゾット

ベースリゾット 200g
鶏ムネ肉 30g
グリーンオリーブ 10g
バジルペースト 10g

■黒毛和牛ときのこの和風リゾット

ベースリゾット 200g
黒毛和牛モモ肉 30g
椎茸 10g
マッシュルーム 10g
クレームドバルサミコ(バルサミコソース) 1g

《作り方》

■海老とホタテのパエリア風リゾット

ムキエビとホタテ貝柱を粗めのみじん切りにし、ベースリゾットに混ぜ込む。

■南仏風ラタトゥイユ仕立てリゾット

ベーコン、ズッキーニ、パプリカをみじん切りにし、トマトソースとともに、ベースリゾットに混ぜ込む。

■バジルチキンリゾット

鶏ムネ肉は粗めのみじん切りにし、グリーンオリーブは種を除きみじん切りにする。バジルペーストとともに、ベースリゾットに混ぜ込む。

■黒毛和牛ときのこの和風リゾット

黒毛和牛モモ肉は粗めみじん切りにし、椎茸とマッシュルームはみじん切りにする。クレームドバルサミコとともに、ベースリゾットに混ぜ込む。

■仕上げ

- ①各リゾット 40g をそれぞれスティック状の焼型に詰め、180℃（上火3下火3）のオーブンで25分間焼成する。
- ②カルローズスティックを焼き型から取り出し、粗熱をとる。冷蔵庫で2時間以上冷却した後、包材に詰める。