

世界の料理



鶏肉のオーロラソースがけ

材料（1人分）

鶏もも肉皮付き 50g
白ワイン 1.5g
食塩 0.1g
こしょう 0.02g
サラダ油 0.5g

<オーロラソース>

有塩バター 1g
薄力粉 1g
牛乳 25g
コンソメ 0.3g
トマトピューレ 3g

作り方

- ①鶏肉に食塩、こしょう、白ワインを揉み込む。
- ②鉄板に油を薄く塗り①の鶏肉を皮目からこんがり焼く。裏返して同様に焼いたら皿に取り出す。

<オーロラソース>

- ③釜にバターを入れ、弱火のまま薄力粉を加えてへらで混ぜる。
- ④冷たい牛乳を少しずつ入れ、ダマにならないように混ぜる。さらにコンソメを加える。
- ⑤最後にトマトピューレを入れて仕上げる。
- ⑥焼いた鶏肉にオーロラソースをかける。



フランス共和国の料理

2024年大会が行われるフランス共和国の料理です。フランス語で「オーロラ」は「曙・明け方」の意味です。トマトによってピンクがかったオレンジ色になるソースが、明け方の空の色に似ていることからオーロラソースと名付けられました。日本ではマヨネーズとケチャップを混ぜて作るオーロラソースがよく知られていますが、今回はフランス共和国の本格的なソースを作りました。

レシピの考案：木更津市立金田小学校