

栗 “ホセ・ポサダ”

栗よ栗の木よ、あなたのそのセピア色の姿。湿った大地に焚き木の火と焼き栗が
香る。

絞りたてのワインに合うのは、熟れた花梨とマロングラッセ。

秋が栗のいがの中に詰まっている。

私達が作る魔法の芸術品。とげとげで謙虚な栗が、魔法使いの魔法でお姫様に変
わるのです。まるで御伽噺のお話のように。

まず皮を剥き、それを洗い、砂糖漬けにし、タヒチ産のバニラの香水を少し付け
ます。靴を履かせ、黄金の馬車に乗せるころには、名前が“マロングラッセ”と
新しく変わるのです。

彼女を舞踊会に呼びましょう。そこで趣味のよい王子様と出会うでしょう。そう、
それはあなたです。洗練された美しさ、美食品界のお姫様。もし彼女に恋をした
なら、このシンデレラと同じ靴を持つ“ホセ・ポサダ”のお姫様をお探してくださ
い。

美しき花の命と同様に、“マロングラッセ”の命はとても短いのです。

なるべく早くお召し上がりください。12時の金が鳴る前に。
美しいもの、美しき花、これらはすぐに枯れてしまうのです。

栗料理のレシピ集

0. イントロダクション

0.1 栗について

0.2 栗の栄養

1. 生栗、焼き栗、茹で栗

1.1 生栗

1.2 丸ごとの生栗

1.3 焼き栗

1.4 茹栗

1.5 栗の煮込み

1.6 栗のオープン焼き

1.7 栗のミルク煮

2. ピューレ、スープ類とポタージュ

2.1 栗のピューレ

2.2 栗のピューレ II

2.3 栗のコロッケ

2.4 インゲン豆と栗のピューレ

2.5 栗のスープ

2.6 お米と栗のスープ

2.7 栗のスープ ~レオナルド・ダ・ビンチのレシピ~

2.8 栗のスープ

2.9 栗のカルドスープ

2.10 栗のポタージュ

2.11 栗とにんじんのスープ

2.12 栗のスパゲティー

3. 栗と野菜ときのこ類

3.1 きのこと栗の生クリーム煮

3.2 栗のロールキャベツ

3.3 栗の煮込み料理

3.4 栗と芽キャベツのグラタン

3.5 栗のシチュー

4. 栗と野鳥類、狩猟肉、家畜肉

4.1 詰め物用の栗（1）

4.2 詰め物用の栗（2）

4.3 詰め物用の栗（3）

4.4 詰め物用の栗（4）

4.5 詰め物用の栗（5）

4.6 詰め物用の栗（6）

4.7 栗とスモモの詰め物

4.8 ソーセージと栗の詰め物

4.9 鶏の栗詰め

4.10 七面鳥と栗

4.11 七面鳥の胸肉と栗

4.12 七面鳥 イギリス風

- 4.13 七面鳥の栗詰め
- 4.14 七面鳥の栗詰め（2）
- 4.15 去勢した雄鶏のローストと栗
- 4.16 若鶏と栗
- 4.17 ガチョウのペリゴール風
- 4.18 雄鴨と栗（1）
- 4.19 雄鴨と栗（2）
- 4.20 野雁と栗の料理
- 4.21 ヤマシギと栗の料理
- 4.22 ほうれん草ロールと栗の料理
- 4.23 ヤマウズラと栗のクリームソース
- 4.24 豚ロースと栗の料理
- 4.25 栗とチョリソ
- 4.26 ソーセージと栗の料理（1）
- 4.27 ソーセージと栗の料理（2）
- 4.28 キャベツと栗とソーセージの料理
- 4.29 子牛の肉と栗ときのこの料理
- 4.30 肉と玉葱と栗の料理
- 5. 栗を使ったデザート
- 5.1 栗のシロップ漬け
- 5.2 マロングラッセ
- 5.3 栗のフランベ ドットレ風

- 5.4 栗の蜂蜜漬け
- 5.5 モンブラン
- 5.6 りんごと栗のプリン
- 5.7 お米と栗の牛乳煮
- 5.8 栗のパナジェット (カタルーニャのお菓子)
- 5.9 栗のデザート
- 5.10 栗のケーキ (1)
- 5.11 栗のケーキ (2)
- 5.12 栗のドゥルセとチョコレートのお菓子
- 5.13 ブッシュ・ド・ノエル (トロンコ・デ・ナビダッド)
- 5.14 栗のフランベ
- 5.15 栗のクリーム
- 5.16 栗とバニラのコンポート
- 5.17 パーフェクト・マロン (マロン・グラッセ)
- 5.18 栗のアイスクリーム
- 5.19 栗のフィデオ (ヌードル)
- 5.20 栗のトルティータ (栗のパンケーキ)
- 5.21 栗のメレンゲ
- 5.22 栗のスフレ
- 5.23 栗のプリンのシャンティークリーム添え
- 5.24 栗のプリンのダークチョコレート
- 5.25 栗のケーキ

5.26 栗のミルフィーユ

5.27 栗のピューレ

5.28 栗とチョコレートのトラッフル

5.29 栗のドゥルセ

5.30 栗プリンのキャラメルシロップかけ

5.31 栗のジャム

5.32 栗のケーキ“ジャマス”

6. マロン・フォンテナック・ブランデー

6.1 サバヨンのマロン・フォンテナック・ブランデー

6.2 マロン・フォンテナック・ブランデーのシャーベット

6.3 マロン・フォンテナック・ブランデーのアイスクリーム

6.4 マロン・フォンテナック・ブランデーとコーヒークリーム

6.5 マロン・ブランデー・フォンテナックのクレープ

6.6 マロン・ブランデー・フォンテナックのプリン

6.7 マロン・ブランデー・フォンテナックのテリーヌ

6.8 マロン・ブランデー・フォンテナックのムース

6.9 マロン・ブランデー・フォンテナックのチョコレートボンボン

6.10 マロン・ブランデー・フォンテナック (1)

6.11 マロン・ブランデー・フォンテナック (2)

6.12 マロン・ブランデー・フォンテナック チョコレート

6.13 マロン・ブランデー・フォンテナック ヨーグルト

0. イントロダクション

0.1 栗について

栗は人類にとって最も古くから食料とされてきた物の一つです。旧石器時代以来、人類は栗とどんぐりを食料としてきました。ホメーロス（9世紀のギリシャの叙事詩の詩人 オデッセイの著者）はその著書の中で、栗の木は、氷河期の民族の大移動の時も西洋キリスト教の文明化の時も、ヨーロッパ人の歴史とともに歩いてきた事を記しています。またケルト文明では、栗の木はローマ時代以前の森林を形作っていた他の木々、オーク（ケルト語でカルバジヨ）や月桂樹、イチイの木と共に、ケルトの賢者が祈りをささげていた木々です。

栗の木は、旧石器時代の小部族達にとっては、今で言う“サン マルティニヨ”（11月）のように焼栗にして食べたり、乾燥させたり、乾燥栗を挽いて粉にしたり、年間を通しての糧で、まさに主食を提供する木でした。

ローマの兵士にとっても、挽いた乾燥栗の粉をよくこねて作ったブジョテ（クレープのようなもの）を良く食していたようで、栗の木は彼らにとってもパンの木だったのです。ガリアの戦いにも記されているように、ローマ軍はフランスのアルデッシュ州の栗の林を北進して行ったと言われています。

栗は中国、韓国、日本、アメリカ、チリ、そしてヨーロッパ全土にあります。少し前までは、生のままや、乾燥させたり、皮を剥いたり、または挽いて粉にしたりして、人々の日々の基本的な食料となっていました。16世紀には南米からジャガイモととうもろこしが輸入され始め、また下疳（地衣の一種）などの栗の木の病気が流行った事もあり、栗は農家の人々の食卓から少しずつ減って行きました。幸い最近では、ポンテベドラにあるロウリカム研究所が、何本かの種類の木を掛け合せて作った、病気に対して強い特性を持つ新しい種類の木を作ったお陰で、これらの病気が理由で栗の生産量が減ったとの報告は入っていません。

ここ20年間で伐採や乾燥そして山火事などのために5万ヘクタールもの栗の森林が失われています。実際のところ、植林しているにもかかわらず、ガリシア州の栗の木や栗の生産高は、減少の一途を辿っています。ガリシアの山々は、年々松やユーカリの木に場所を奪われ、また山火事の犠牲となって栗の木を失っているのです。

栗の木は堅木の一つで、栗を実らせる木というだけではありません。夏には涼しい日陰を提供してくれ、冬には薪を与えてくれます。また、木の根元には、栗料

理に良く合うきのこが育ちます。栗の木は景色を良くし、生産性のために早さを求め続ける破壊的な人類から生態系を守り、修復してくれます。栗は、生のままキロ単位で、または半加工品で輸出されます。特に栗の砂糖漬けは、利益をもたらしてくれる製品です。ルーゴ県やオーレンセ県の自然の森の中に住む人々は栗の木の利益性を十分理解しています。

栗は、今や貴重な美味食と言われるようになりました。主に栗を使った昔の主食である数々の伝統的なすばらしい料理は、今でも人々を魅了します。現在でもポルトガル、ギリシャそしてトルコの僻地の農家の食卓には、毎日のように栗料理が並びます。また他の国でも粒が極端に小さいものや虫に喰われたもの、また形の悪いものなどは動物の飼育に使っています。ここでシエラ・モレナ山のふもとでどんぐりと栗で飼育された豚を使った、わが国が誇る最高のハモン（ハム）とハブゴについて話すべきでしょう。スペインの諺で「食べたものがそのまま身になる。」とありますが、ハモンやハブゴの美味しさは、そのまま栗の美味しさとも言えるのです。

私達には、私達の土地を尊重する義務があります。 堅木を植え、私達のアイデンティティを示す昔ながらの山に戻さなければなりません。料理や食事にも同じことが言えます。ハンバーガーやコココーラなどでは健康な体にはなれません。私達の体は栗によって造られたといっても過言ではありません。実際数千年もの間の栗食で、私達の体はできているのです。あなたを取り巻く全ての環境があなたを形成し、影響し、条件付け、変化させ、そして造っていくのです。天候や、緯度経度だけでなく食べ物も私達の体に影響を与えています。それ故ガリシアに伝わることわざ「どこで生まれたかではなくどこで育ったか」は的を得ているといえるでしょう。

栗は秋に収穫されます。丁度その年の新ワインが出回る頃です。一般的にオーレンセでは11月11日のサン マルティンホの日（豚肉の保存食を作るため、自宅の庭などで豚を絞める日）で、この新ワインと栗が食卓を飾ります。都会化が進み伝統行事は消滅の一途にありますが、田舎はもとより都市でも人々は昔祖母の家で食べていた、伝統的な栗を使った料理の味を覚えているのです。

0.2 栗の栄養

炭水化物、糖質、澱粉で構成され、非常に栄養価の高い食品で、1キロの生栗で、1650カロリーになります。小麦粉よりは少ないですが、イモより多くの窒素物を含み、脂質も多いです。調理された栗の方が、味もいし健康的であり、栄養価も高いです。

栗の栄養価の表を下方に載せていますのでご確認ください。

さて、栗を調理するに当たり、まず最初の難関は何と言っても皮剥きでしょう。鬼皮はまだしも渋皮は栗にしっかりと貼り付いていて、剥がすのに大変な労力を要します。昔は料理人が包丁の角を使い、一つ一つ忍耐強く丁寧に剥いていました。栗の皮むきは、家庭の主婦にとっても簡単な仕事ではありません。それ故、オーレンセの栗のスペシャリストである有限会社 MARRON GLACE は、皮を剥いた冷凍生栗や缶詰、また小瓶に詰めた栗の砂糖漬けやマロングラッセを販売しようと思ったのです。今では、フランス、イタリア、スイス、日本でなどの多くの国で、プロやアマチュアの料理人は当社の生の剥き栗を揃え、おいしい一品を作るために腕を振るっています。

この栗のレシピ集は、まだ全ての料理法を網羅しているわけではありません。もっと良い、又伝統的な栗料理のレシピを集成するために、新しい料理法、伝統的な料理法を問わず、ここに載っていない料理法があれば是非お教えください。

最後に、このレシピ集によって、秋の木の実である栗の認知度や使い道が、“主食であり栄養源”と広く認められることを願います。私達の遠い祖先の時代のように、栗が食卓を飾る主食の一つとなれるよう努めるつもりです。

ここに紹介いたします料理をより美しく仕上げる為に、弊社“MARRON GLACE,SL”の皮なし冷凍栗をお勧めいたします。

ホセ・ポサダ

栗(食べられる部分)100 g の栄養成分とカロリー。

栄養成分一覧表：1974年 パリ 栄養科学会。

	生栗	乾燥栗
水分 (g)	52, 0	10, 0
栄養主成分 (g)		
たんぱく質 (g)	4, 0	7, 4
脂質	2, 6	5, 0
糖質	40, 0	73, 0
セルロース (g)	2, 0	5, 0
ミネラル成分 (mg)		
硫黄	48, 0	126, 0
リン	93, 0	158, 0
塩素	10, 0	18, 6

ナトリウム	7, 0	37, 2
カリウム	530, 0	986, 0
マグネシウム	40, 0	74, 0
カルシウム	34, 0	74, 0
鉄	0, 80	1, 86
亜鉛	—	0, 35
銅	0, 60	0, 65
マンガン	0, 70	1, 30
ヨード	—	0, 002
ビタミン類 (m g)		
ビタミンC	23, 0	—
ビタミンB1	0, 20	0, 30
ビタミンB2	0, 20	0, 40
ビタミンPP	0, 40	0, 70
ビタミンB5	0, 90	—
カルシウム/リン の割合	0, 36	0, 46
カロリー	199, 0	371, 0

1. 生栗、焼き栗、茹で栗

1.1 生栗

茹で栗や焼き栗に比べると、生栗はあまり消化は良くありません。忍耐強く皮を剥いていきますが、すぐに剥きやすい栗と剥きにくい栗があるのに気付かれるでしょう。

もし缶入りの剥き栗をお使いにならないのであれば、まず平鍋に沸騰したお湯をご用意ください。鬼皮から渋皮に達するまで包丁でV字に切り込みを入れた栗をお湯の中にまず2～3個ずつ入れ、2～3分後に鍋から出します。火傷をしないように手袋などをつけ、すばやく皮を剥いてください。栗の質が良く十分に新鮮であれば約60%の栗がうまく剥けます。栗を使った料理の材料としてご利用頂けます。

1.2 丸ごとの生栗

皮を剥いた生栗を塩少々、砂糖、ローレルの葉と共に水に浸しただけの、防腐剤も着色料も使わない極めて自然でシンプルな一品です。狩猟された肉の料理や一般的な肉料理、又お腹に栗を詰めた七面鳥をセージ風味でローストするアメリカの伝統的な料理などに大変良く合います。これは、ジャガイモ

がまだヨーロッパになかった時から伝わる古いレシピで、健康的で、美味しい一品です。

1.3 焼き栗

焼き栗は何千年もの間、羊飼いやきこり達の栄養源でした。暖を取る焚き火の中に栗を放り込んで焼いた栗で、腹ペコのお腹を満たしていました。これがガリシア州オーレンセ県で毎年11月11日に行われる儀式“マゴストの祭り”別名焼き栗の祭りの始まりです。

作家セウビージャスは次のように書いています。

『暖かい空気の中の秋のわびしさ。森の奥深くにひっそりと敷かれた苔の絨毯。新ワインの弾ける音。まるで、悪魔の使いとだと告発され、火あぶりにされている魔女のように炭火の中でパチパチと焼かれる無実で可哀想な可愛そうな栗。』

この祭りの時、若者は友人同士でオーレンセの町を囲む山々の頂点に陣取り、焚き火をし、栗を放り投げ焼き栗にし、それを新ワイン、チョリソ（スペインのソーセージ）、エンパナーダ（スペインのピザみたいな食べ物）などと一緒に次々と食べていきます。歌を歌い、青春を謳歌するのです。幸せになり、煤だらけになり、ガリシアの歌を歌い、誰かがふざけて火の中に放り込んだ切込みを入れてない栗が弾け飛んで火傷をした話を面白おかしく話すのです。

秋最初のこの焚き火のお祭りはとても古い火の祭りで、人々の気持ちはこの祭りを境に一気にクリスマスへと移行します。ガリシアの古い村には今でもたくさんの信仰や迷信があります。栗にまつわる物の一つとして、18世紀にガリシアを訪れたスウィンビュン（イギリス人）は、『11月2日の“故人を思い出す日”の前日にガリシアの人々は栗をたくさん食べる。それは栗を一つ食べると煉獄(天国より一つ下の世界。ここで閻魔様からのお許しが出ると天国に行ける。)]にいる魂が一つ救われるという迷信を信じているからだ。』と書いています。また11月2日は煉獄にいる魂が暖を取る為にカルドスープを温めるためにいつでも火のついている家々の台所に来るのだと信じられています。

カタルニア州でも他のスペインの地方都市でもそうですが、かつて、十字路の隅で焼栗売りのおばさんが古新聞紙に栗を包んで売っている姿は普通の光景でしたが、今ではほとんど見ることはできません。「熱くて大きな栗だよ！さあさあ焼きたての栗を欲しいのは誰だい？」というおばさんの掛け声は何とも無視し難いものです。

長い間焼き栗売りのおばさんは村人の生活に溶け込んでいました。昔はパタコン、ペセタ、ドゥーロなどそれぞれの時代のコインで、現代ではお札で、おばさんから熱々の栗を買っていたのです。栗はポケットに入れて手を温めることが出来、同時においしくお腹を満たせます。

準備：基本は、良質の炭火と良質の栗を用意することです。焼いている途中に破裂するのを防ぐため、鬼皮の凸面の部分に少し深めにV字の切込みを入れます。ガスでも炭でも火は強めにした方がおいしく焼けます。いくつかの道具類をご紹介します。

1. 鉄製の回転式穴あきドラム缶。小さなドアから切込みを入れた栗を入れます。炭火の上でこのドラム缶をゆっくり栗が焼けるまで回します。焼けたらドアから栗を出します。ガリシアで使われている道具です。
2. 穴あきフライパン又は素焼きの調理用トレイ。栗をフライパンに入れ、お好みで塩をふり掛けます。栗が焼けるまで前後にフライパンを動かして続けます。これはガリシアの街角で見かける栗焼き機の中と同じシステムです。
3. 小石。日本で使われている方法です。川で拾った小石を大きな穴あきフライパンに中程まで入れ、これを炭の代わりにするために暖めます。小石が十分に熱くなった所で、鬼皮に少し味を付ける為蜂蜜を塗り、切り込みを入れた栗を入れます。どの面もきれいに焼けるようにかき混ぜ続けます。これは、天津などの小粒の栗に適した調理法です。

栗が焼けたら大粒の塩を振りタオルで包んで下さい。栗の味が更によくなります。

1.4 茹栗

ソース鍋に栗を入れ、水を栗が半分かぶさる位入れます。20分程湯でてお湯を切り、ソース鍋の中で栗が乾燥するのを待ちます。低温状態で栗をゆっくり乾燥させると皮を剥く時栗が崩れにくくなります。後日他の料理に利用できるようにビンに入れて冷蔵庫で保存すると良いでしょう。

1.5 栗の煮込み

皮を剥いた栗を調理用土鍋に入れ、カルドブランコ（肉類でとった出汁スープ）をひたひたになる位入れます。500gの栗に対し、スパイス類少々と、ざっくり刻んだセロリー一本と、角砂糖一つと、50gのバターを入れます。

30分程蓋をして煮込みます。するとカルドブランコは殆ど蒸発してしまい、シロップ状のソースが残ります。栗の表面にこのシロップが照り付くように、調理

用土鍋をゆっくりと前後に揺らします。このままお皿にもってお召し上がりください。

1.6 栗のオーブン焼き

1ポンドの栗の鬼皮を剥きます。オーブン用の耐熱皿に重ならないように置き、お好みのソースをひたひたに被る位入れます。塩コショウをし、オーブンで栗が柔らかくなるまで焼いてください。この時栗がいつもソースに被っている様にしてください。栗をお皿に盛り、ソースを少しだけかけて食卓に出します。

1.7 栗のミルク煮

冷凍栗を使用します。栗を、塩少々とウイキョウ（パセリの一種）で半分ほど茹でたらお湯を捨て水分を取ります。5分程してミルクを入れ栗が柔らかくなるまで再び火にかけます。ミルクごと栗をお皿に盛り、少し冷まします。このまま食卓へどうぞ。

2. ピューレ、スープ類とポターージュ

2.1 栗のピューレ

栗の皮を剥き、柔らかくなるまでミルクで煮ます。ミルクを捨て、栗が冷める前にスマッシュします。これにフレッシュバターを小さじ一杯と塩少々と小さじ一杯の砂糖を加え、良く混ぜ合わせます。

2.2 栗のピューレ II

前のピューレと同じように煮ます。栗を裏ごしします。裏ごしした栗を調理用パットに入れフレッシュバターを少々加えます。これを木のスプーンで力強く混ぜます。熱いミルク又は生クリームを入れ、更に滑らかになるまで力強く混ぜます。

味見をして、お皿に盛りましょう。

2.3 栗のコロッケ

材料：冷凍剥き栗（解凍しておく）－1カップ、低脂肪生クリーム－大匙2杯、玉子の黄身－2個分、砂糖－大匙1杯、バニラエッセンス、パン粉

栗、低脂肪生クリーム、玉子の黄身、砂糖、バニラエッセンスを混ぜ合わせ、スマッシュします。

これを適当な大きさに丸め、パン粉をつけ揚げます。

2.4 インゲン豆と栗のピューレ

材料：乾燥栗－200g、インゲン豆－200g、玉葱、塩、カルドスープ、サルビア、バター

栗を塩とサルビアの葉2枚で味付けした水の中で一晩放置し、翌日茹でます。インゲン豆も別に茹でて、これらをミキサーにかけます。

バターを溶かした鍋に、ミキサーにかけた玉葱を入れ透明になるまで炒めます。栗とインゲン豆も入れ、適当な柔らかさにするためカルドスープを少しずつ注ぎ入れます。10分程弱火で煮る間、混ぜ続けてください。最後に塩で味を整えます。子羊のオーブン焼きととても良く合う一品です。

2.5 栗のスープ

1ポンドの冷凍栗で4人分です。

栗はミキサーにかけておきます。両手鍋で1オンス半の牛の脂肪を炒めます。牛の脂肪がカリッとする位に炒まったら、大匙一杯分の小麦粉を入れ、小麦粉に色が付く前にカルドスープを入れます。沸騰し始めたらミキサーにかけておいた栗を入れます。スパイス類を入れ15分程煮込んだ後、裏ごしします。

食卓に運ぶ寸前までスープは温めておきましょう。召し上がる少し前に溶いた卵の黄身を2つ入れます。スープ鉢に移して小さく切ったトーストか、揚げトーストをスープの上に浮かべます。

2.6 お米と栗のスープ

材料：冷凍栗－200g、米－150g、バター－大匙一杯、牛乳－500ml、塩少々

鍋に沸騰したお湯を用意し、凍ったままの栗と一つまみの塩を入れます。栗が解凍した頃にお米を生のまま入れます。

半分程煮えた頃、牛乳とバターを入れます。

2.7 栗のスープ ～レオナルド・ダ・ビンチのレシピ～

ルネッサンス期の天才が遺したレシピです。

栗を鬼皮ごとハンマーで叩き割り、水から茹でます。沸騰したらすぐに火を止め、ざるにあげ、付いている皮を取り除きます。次に鍋に栗とチキンスープを入れ、簡単に裏ごしが出来る位まで栗を弱火で柔らかくなるまで煮ます。裏ごしし、油

と蜂蜜と塩こしょうで味を調え、暫く暖めます。お皿に注いだら小さめの葉っぱで飾り付けをします。

2.8 栗のスープ

材料：栗－500 g、牛乳－1 2/1 リットル、クリームバター又はバター－50 g、レモン 1/2 個、水、塩、コショウ、小さな四角に切った揚げトースト

栗の鬼皮を剥きます。（新鮮な栗ですと一層美味しく出来上がります。）次に栗とレモンの実を鍋に入れ、ひたひたに被るまで水を入れます。強火にかけ、沸騰したら弱火にし 30 分程茹でます。水を切り、渋皮を取り除きます別の鍋に 1/2 リットルの牛乳を温め、栗と塩コショウを入れ茹でます。ピューレ状にするためにスマッシュ器で潰すか、裏ごしします。残り 1 リットルの牛乳を入れます。塩加減が良いか、味見をしてみてください。もし、水っぽいようでしたらイースト菌入りの小麦粉を少し加えてみてください。最後にバターを加えます。食卓に出すまで湯煎で暖めてください。

スープ鉢に移し、四角に切った揚げトーストを添えます。

2.9 栗のカルドスープ

材料：栗－1.5 キロ、玉葱－1 個、ニンニク－ひとかけ、みじん切りの玉葱－1/4、酢－大匙一杯、オリーブオイル－カップ 1 杯、豚の塩漬け脂肪肉－ひとかけら、塩漬け豚の耳－1/2 個、塩少々、水

栗の鬼皮を剥きます。鍋に栗と塩少々を入れ、水から茹でます。沸騰したらお湯を捨て、渋皮を剥きます。

深鍋にたくさんの水をいれ、玉葱丸ごと一個、ニンニク、豚の脂肪の塊、豚の耳（家にある他の豚肉でも使えます）と皮を剥いた栗を入れ、全てがしっかり煮えるまで数時間火にかけておきます。次に油でいためた玉葱のみじん切りを入れ、隠し味に酢を数滴入れます。

スープ（栗のカルドスープ）と具に分けます。具は適度な大きさに切り、茹でたジャガイモや栗と一緒に召し上がれます。スープは熱いまま、小さくちぎったパンを入れたスープ用の深皿に注ぎお召し上がりください。

注意：塩漬け豚肉は前準備として、水に浸して塩抜きしてください。乾燥栗をお使いの場合は一晩うすい塩水つけておきます。

2.10 栗のポタージュ

冷凍栗でも出来ます。美味しく仕上がるコツは、栗が柔らかくなるまで十分に茹でること。そして栗が崩れないようにするために質が良く甘い栗を選んでください。

前準備として、少なくとも栗を24時間は水に浸してください。塩少々を入れた水で栗が柔らかくなるまで茹でます。次に、酢に浸しておいたトーストしたバゲットパンの皮と栗数個を一緒にすり鉢ですります。このピューレに丸ごとの栗を入れてお召し上がりください。お好みで蜂蜜少々を入れても美味しいです。

2.11 栗とにんじんのスープ

材料：栗—450g、ベーコン3枚、バター—25g、玉葱—50g、ねぎ—1本、にんじん—100g、シナモン、チキンスープ—1リットル、マデイラワイン、塩、黒コショウ、ナツメグ少々、砂糖少々、生クリーム—大匙5杯

鬼皮の凸面に切り込みを入れ、沸騰したお湯に栗を入れ約10分間茹でます。お湯から出し、まだ熱い内に皮を剥いてください。

ベーコンの脂肪を取り除き、細かく刻んでバターで炒めます。みじん切りした玉葱を加え、玉葱に色が付く前に縦に切ったねぎとみじん切りにしたにんじんを加え更に炒めます。栗を加え、暫く前後に揺らします。5～6分置いた後火を止めます。

チキンスープを注ぎ入れ、沸騰するまで強火にします。中火にして1時間から1時間半、栗が柔らかくなるまで煮ます。

具をスマッシュし、マデイラワインを少々と、生クリームと塩コショウを入れ味を整えます。

スープ皿に入れ、上からお砂糖を少しふりかけ、ナツメグとシナモンを添えます。

2.12 栗のスパゲティー

材料：スパゲティー—400g、栗—300g、オリーブオイル、塩、コショウ、ウイキョウの種

鬼皮をとり、小匙一杯分のウイキョウの種を入れた塩水で茹でます。栗が茹った頃スパゲティーを入れさらに茹でます。水を切り、生オリーブオイルとコショウで味付けをします。

3. 栗と野菜ときのこ類

3.1 きのこと栗の生クリーム煮

材料：栗－1/2 キロ、マッシュルーム－1/2 キロ、バター－大匙5杯、小麦粉－大匙2杯、塩－小匙1/2杯、コショウ少々、低脂肪クリーム－1 1/2 カップ、パセリのみじん切り－小匙1杯

まずフライパンでバターを溶かし、マッシュルームを加え薄茶色になるまで弱火で炒めます。更に小麦粉、塩、コショウを加えよく混ぜ合わせます。次に弱火のまま少しずつ生クリームを加えていきます。

最後に栗を加えます。栗は茹でて皮を剥き、四つ切りにしたものをご用意ください。最後にパセリを散らします。

3.2 栗のロールキャベツ

材料 6~8人分：栗－1キロ、キャベツの内側の葉（外側から葉を8枚ほど取り除いてください）、カルドスープ－1/2 リットル、玉葱－125g、豚ばら肉－150g、バター－50g、卵－2個、マヨラナーひとつまみ、パセリ－1枝、生クリーム－カップ（大）1杯、豚の脂肪－50g、塩、コショウ、ナツメグ－ひとつまみ

鬼皮の凸面に十字の切込みを入れ、オーブンのトレイに並べます。200度で約20分焼きます。栗を取り出し皮を剥きます。次にカルドスープで栗を柔らかくなるまで茹でます。栗を取り出しミキサーにかけます。この時少しだけ栗の茹で汁を注いでください。キャベツの芯はくり抜いて捨て、残りは葉がはがれるまで丸ごと茹でます。葉を一枚ずつはがしたら水切りをしておきます。荒くみじん切りにした玉葱と、小さめの四角形に切った豚のばら肉と一緒に、玉葱が黄金色になるぐらいまで炒めます。栗のピューレと生クリームを1/4加え、水分がなくなるまで煮込みます。少し冷ましてから、溶いた卵2つとマヨラナとパセリをひとつまみずつ加え、ナツメグ、塩コショウで味を整えます。広げたキャベツの葉の上に具をのせ包み込みます。形が崩れないように糸で縛ります。鍋に豚の脂肪とロールキャベツを入れ、満遍なく炒めます。カルドスープを加え蓋をして40分程弱火で煮ます。最後に残りの生クリームを入れ数秒後に火を止めます。

3.3 栗の煮込み料理

材料 6~8人分：栗－1.5キロ、豚ばら肉一塊－375g、葱－一本、にんじん－1/2キロ、キャベツ－1/2キロ、玉葱－2個、ローレルの葉－1枚、豚の脂肪－30g、カルドスープ－1/2 リットル、バター－100g、塩、コショウ、パセリの葉－1枝

鬼皮の凸面に十字の切込みを入れ、オーブンのトレイに並べます。200度で約20分焼きます。栗を取り出し皮を剥きます。（熱いですが頑張って渋皮までとってください）ローレルの葉を漬け込んだ水1/2リットルで、豚のばら肉を塊のままと玉葱丸ごと一個を約1時間煮込んでください。その間に野菜を準備します。葱と人参は洗った後スライスにし、キャベツとセロリは千切りにし、残りの玉葱は

みじん切りにします。鍋に豚の脂肪と玉葱を入れ、続けて残りの野菜を入れ炒めます。スパイス類、塩コショウを入れます。カルドスープを加え30分間弱火で煮込みます。最後の10分間で栗を加えます。栗を加えたら煮崩れを防ぐためにかき回さないでください。食卓に出す前に細かく刻んだパセリを上にはらします。豚肉は鍋から出し少し冷まします。スライスにし、栗の煮込みの上にきれいに並べます。バターを少し色が付くまで温め、ソースとして使いましょう。

3.4 栗と芽キャベツのグラタン

材料 4人分：栗—1/2キロ、芽キャベツ—250g、バター—75g、粉パルメザンチーズ—30g、塩、ナツメグ—ひとつまみ

鬼皮の凸面に十字の切込みを入れ、オーブンのトレイに並べます。200度で約20分焼きます。栗を取り出し皮を剥きます。（熱いですが頑張って渋皮までとってください）芽キャベツは洗って、塩を入れた水で15分間茹でます。水を捨て、ナツメグの粉をふりかけます。栗と芽キャベツと25gの粉パルメザンチーズを混ぜ合わせ、上にバターを散らし、すでに熱くなってるオーブンで約10分間焼きます。

3.5 栗のシチュー

材料 4人分：栗—750g、バター—30g、ベーコン塊（豚ばら肉でも良い）—100g、小さめの玉葱—6個、カルドスープ又は水—35センチリットル、アロマハーブ—1枝、マッシュルーム—200g、グリーンオリーブ—100g、塩、コショウ

さいの目切りにしたベーコンと、みじん切りにした玉葱を溶かしたバターで炒めます。ベーコンと玉葱の両方に色が付いてきたところで、熱いカルドスープ（又は沸騰したお湯）を注ぎいれます。栗を入れ、スパイス類を加えます。次にアロマハーブを入れ鍋に蓋をして45分間弱火で煮込みます。マッシュルームは良く洗い細切りにし、栗と一緒に45分間煮込みます。45分たったら、グリーンオリーブを加え更に30分非常に小さな火で煮込んでください。

熱いうちにお召し上がりください。

4. 栗と野鳥類、狩猟肉、家畜肉

4.1 詰め物用の栗（1）

材料：栗—0.7キロ、卵—一個、砂糖—小匙1杯、乾燥ハーブ—少々、塩コショウ—お好みのソース、肉の煮汁—4.7グラム、パン粉—2.35グラム

栗の鬼皮に切り込みを入れ、約 15 分茹でます。鬼皮、渋皮両方を剥き、約 1 時間弱火で茹でます。裏ごしし、卵と肉汁を数滴たらし、ハーブとスパイス類をいれ、良く混ぜ合わせます。

4.2 詰め物用の栗（2）

材料：栗－3 カップ、バター－1/2 カップ、塩－小匙 1 杯、コショウ－小匙 1/2 杯、クリーム－カップ 1/4 杯、ビスケット屑－カップ 1 杯

鬼皮、渋皮共に取り去ります。柔らかくなるまで塩水で茹でます。水を切り、栗をつぶしたら、バターを半分と塩コショウとクリームを加えてください。次に残りのバターを溶かし、ビスケットの屑と混ぜ合わせてください。

4.3 詰め物用の栗（3）

材料：玉葱のみじん切り－1 1/2 カップ、セロリのみじん切り－1 1/2 カップ、バター－1/2 カップ、トースト（小さな四角に切ったもの）－8 カップ

4.4 詰め物用の栗（4）

材料：栗－0.7 キロ、玉子－1 個、砂糖－小匙 1 杯、粉状の乾燥ハーブ、塩、コショウ、お好みのソース 1/2 ポンド、お好みのリカー－4.7 グラム、パンの中身－2.35 グラム

鬼皮に切り込みをいれ、15 分ほど茹でます。鬼皮、渋皮両方を剥き、弱火で更に 1 時間茹でます。裏ごしをし、玉子 お好みのリカー 乾燥ハーブ ドレッシングソースを入れよく混ぜ合わせます。

4.5 詰め物用の栗（5）

材料：栗－3 カップ、バター－1/2 カップ、塩－小匙 1 杯、コショウ－小匙 1/3 杯、塩味ビスケット屑－1/4 杯

鬼皮、渋皮共に取り去り、柔らかくなるまで塩水で茹でます。水を切り、栗をつぶしたら、バターを半分と塩コショウとクリームを加えてください。次に残りのバターを溶かし、塩味のビスケット屑と混ぜ合わせてください。

4.6 詰め物用の栗（6）

材料：玉葱のみじん切り－1 1/2 カップ、セロリのみじん切り－1 1/2 カップ、バター－1/2 カップ、くるみ－少々、トースト（小さな四角に切ったもの）－8 カ

ップ、焼き栗ー1カップ、塩ー小匙 1/3 杯、コショウー少々、チキンスープの素ー小匙 1/2 杯、サルビアー小匙 1/2 杯、水ー1/4 カップ、卵ー1 個

玉葱とセロリをバターで柔らかくなるまで炒めます。切ったトーストを加え混ぜ合わせます。くるみも加え、チキンスープの素を入れます。水と卵を加え、フォークでかき混ぜ続けてください。鳥類（狩猟した鳥など…鳥なら何でもよい）にすぐに詰めてオーブンに入れ、加熱してください。12 ポンドの鳥に丁度良い量です。

4.7 栗とスモモの詰め物

18 粒の大きめのスモモを赤ワインで柔らかくなるまで弱火で煮て、少し冷まします。種を取り除き、4 つに切り、また鍋に戻します。別の鍋に、セロリを一本、セロリの葉のみじん切り、玉葱半分、豚脂の塊、大匙 3 杯分のバターを加え、数分間、野菜が柔らかくなるまで炒めます。この鍋に 3 カップ分の茹でた栗のかけらと、すりおろした大振りのレモン半分と、塩小匙少々、サマー・セイボリー小匙 3/4、コショウを小匙 1/4、最後にスモモのワイン煮を加え混ぜ合わせます。そのまま暫く冷まし、軽く溶いた玉子を一個加えます。大きな七面鳥 2 羽分の量になります。

4.8 ソーセージと栗の詰め物

材料：小さ目の玉葱ー1 個、バターー1/4 カップ、ポークソーセージ：1/2 ポンド、栗ー2 ポンド、塩ー小匙 2 杯、タイムー小匙 1/4、パセリー小匙 2 杯、固めのパンをトーストした物ー1 カップ

玉葱をバターでいため、ポークソーセージを加え、5 分ほど更に炒めます。皮を剥いた栗をこれに加え更に 15 分ほど炒めます。ソーセージに添えてお召し上がりください。

4.9 鶏の栗詰め

材料：鶏ー1 キロより少し大き目のもの、小振りの玉葱ー200 g、栗ー500 g、サルビアの葉ー3 枚、白ワインー1/2 カップ、クリームー60cc、オリーブオイルー大匙 3 杯、バターー50 g、カルドスープーお玉 2 杯、塩少々

鶏を丸洗いし、内臓を取り、残っている毛を焼きます。その後もう一度きれいに洗い、お腹の中に栗 12 個、小振りの玉葱 5 個、サルビアを入れ、塩コショウします。お腹を閉じ、バターとオリーブオイルで鶏の表面が黄金色になるまで炒めます。次に鶏の上から白ワインをふりかけます。水分がほぼ蒸発した頃、残りの栗全てと玉葱を入れ、カルドスープお玉 1 杯とスパイス類と塩を加え約 1 時間半

弱火で煮込めます。途中必要であれば、カルドスープを足してください。大皿に鶏、栗、玉葱を盛り、食卓に出すまで暖めておきましょう。肉汁にクリームを加え暫く煮詰めます。召し上がる前に上から掛けると一層美味しいです。

4.10 七面鳥と栗

材料 4人分：七面鳥1羽、バター、ベーコンスライス。 詰用：150g ポークソーセージ50g、りんご2個、冷凍皮なし栗300g、干しスモモ100g、バター、サルビア、ローズマリー、パンの内側の部分、牛乳、塩、コショウ

栗は熱湯に付けて解凍しておきます。七面鳥を洗います。肝や内臓物はコショウとポークソーセージを加え挽肉状にします。これに牛乳で湿らせたパンの中身、スライスしたりんご、お湯に付けて柔らかくなった種無しスモモ、解凍栗、バターひと塊り、塩コショウと小さく切ったサルビアとローズマリーを入れ良く混ぜ合わせます。

良く混ぜ合わさったら七面鳥のお腹の中に詰め、開いている所を縫い合わせます。七面鳥の胸にスライスベーコンを数枚貼り付け糸で縛ります。オーブン用の耐熱鍋にバターをたくさん敷き、その上に七面鳥を乗せオーブンに入れます。表面がローストされた頃スパイス類と塩を加えます。七面鳥の大きさが大きさですので3時間少々ローストするのに時間が掛かります。この間頻繁に肉汁を上から掛け、また肉を表裏とひっくり返してください。

4.11 七面鳥の胸肉と栗

材料 4人分：七面鳥の胸肉600g、スモークドベーコンのスライス100g、冷凍生栗300g、オリーブオイル、バター、塩、コショウ、サルビア、ローズマリー、生クリーム1/4カップ

冷凍生栗は塩少々を入れたお湯に10分ほどつけて解凍しておきます。

ベーコンにサルビアとローズマリーを付け、胸肉を包み、糸で縛ります。これをオリーブオイルとバターで表面が黄金色になるまで炒め、最後に塩を加えます。

オーブン用耐熱トレイに移し、約45分間中火で焼いた後、いったんオーブンから肉を取り出し、巻いていたベーコンを外します。栗と生クリームを加え、塩で味を整えます。最後に30分オーブンで更に加熱します。

4.12 七面鳥 イギリス風

材料 10人分：雌の七面鳥3キロ半ぐらい、ベーコンスライス1枚、バター100g、鳥のカルドスープ2リットル、栗2キロ、小さく太目のソーセー

ジ 20 本、スモークドベーコンのスライスー20 枚、オランダ辛子、塩、コショウ。
詰め物用：玉葱のみじん切りー400 g、バターー80 g、鳥のレバーー150 g、ファ
ルサ フィナ（挽肉入りクリームソース）ー200 g、食パンー4 枚、ミルククリ
ームーお玉 4 杯、卵ー1 個、パセリのみじん切り、玉葱のみじん切りー1 個、ナ
ツメグーひとつまみ

七面鳥を洗い、毛を焼きます。胆汁を取り除いた後の肝は取って置いてください。

詰め物の準備をします。玉葱のみじん切り 50g をバターで弱火で炒めます。玉葱
に色が付く前に裏ごしし、ピューレ状にします。30g のバターで鳥のレバーと、
七面鳥のレバーを炒め、挽肉状にします。

玉葱とレバーを注意深くファルサ フィナと混ぜ合わせ、パンくず、ミルククリ
ーム、溶いた卵、パセリ、残りの玉葱のみじん切りを入れ、スパイス類と塩コシ
ョウとひとつまみのナツメグを加え、ピューレ状になるまで更に良く混ぜ合わせ
てください。

七面鳥のお腹の中にこのピューレ状の詰め物を詰め込み、お腹を綴じます。前も
ってバターをオープントレイに塗っておき、七面鳥をその上に乗せ、スパイス類
を満遍なく付けます。ベーコンスライスを上に乗せ、溶かしたバターも上から掛
け、中火のオーブンに入れます。頻繁に七面鳥の肉汁を上から掛けてあげます。
ベーコンは火を止める 20 分前に取り除きます。

栗は皮を剥き、鳥のカルドスープで茹でます。茹ったら栗だけを鍋から出し、バ
ターで注意深く炒めてください。またソーセージとスモークベーコンもバターで
炒め、ソーセージをベーコンで巻きます。

大皿の真ん中に七面鳥を置き、ソーセージと栗で周りを囲むように並べます。オ
ランダ辛子の枝を添え、肉汁のソースと一緒に食卓に出します。

上質の赤ワインと良く合います。

4.13 七面鳥の栗詰め

材料：七面鳥ー1 羽、茹でた栗ー200 g、バターー大匙 5 杯、生クリームー大匙 3
杯、塩、コショウ、卵ー1 個、食パン（牛乳に少し湿らせたもの）ー2 枚、スラ
イスベーコンー2 枚、豚脂ー100 g

七面鳥のお腹を切り、臓器類を取り出します。皮にまだ残っている毛を火で焼き、
足、手羽先を切り落としたりよく洗い、タオル等で水分を取ってください。頭、
首も切り落とし、レバーと心臓は豚脂と一緒にみじん切りにしてください。栗を
ボールにいれフォークで潰します。これに、耳を取ったパン、レバーと心臓と豚

脂のみじん切り、生クリーム、卵、塩、コショウを加え、木のしゃもじで良く混ぜ合わせます。これを七面鳥のお腹に詰め込み、切り目を縫います。胸の部分をスライスベーコンで覆ってください。オーブン用耐熱トレイに、オリーブオイル、バター、塩を敷き、その上に七面鳥を乗せ約3時間焼きます。焼いている間中頻繁に肉汁を刷毛で七面鳥に塗ってください。付け合せに栗とブルーベリージャムが良く合います。

4.14 七面鳥の栗詰め（2）

材料：七面鳥-1羽（2.5キロ位）、栗-1/2キロ、ハモンセラーノ-100g、無塩バター-大匙2杯、脂肪分が多い生クリーム、卵-2個、スウィートワイン-1カップ、ラード-100g、カルドスープ又は水-1/4リットル、コニャック-1カップ、塩、コショウ、ナツメグ

フライパンで、小さなキューブ状に切ったハモンセラーノをバターで炒めます。フライパンを揺り動かしながら、皮を剥いた焼き栗を加え更に炒めます。上からスウィートワイン又はシェリー酒、塩、コショウ、とナツメグをふりかけ、暫く煮込みます。ワインが蒸発し、なくなりかけた頃に生クリームを加え1分間ほどそのままにします。最後に溶いた卵を加え、卵が少し固まったら火を止めます。

あらかじめ、あばら骨と胸骨を取り除いた七面鳥のお腹に、先ほど用意したものを詰めます。切ったところを縫い合わせ、塩とバターを塗ります。オーブン用耐熱トレイに横向きに寝かせ、弱火で焼きます。30分たった頃、七面鳥を反対向きにし、更に20分たったら今度は仰向けにしてください。少ずつまんで、ちゃんと焼けているか確認しましょう。焼いている時、頻繁に肉汁を七面鳥の上から掛けてください。

オーブンから出す少し前に、コニャックを上から掛けます。

肉汁はカルドスープを加え、数分煮詰めた後に濾します。

食卓上で七面鳥を切り分ける場合、中の詰め物は出しておいたほうが良いでしょう。また肉汁もソース皿に入れて出しましょう。

（このレシピは、雄鶏にも使えます。オーブンの中では肉汁の変わりにレモン汁を掛けると良いでしょう）

4.15 去勢した雄鶏のローストと栗

雄鶏は、ローストチキン用の回転式軸を使って、大変美味しく仕上げる事が出来ます。肉の表面にラードを塗りますが、焼いている最中に頻繁に肉汁を雄鶏に掛けるのであれば、ラードは塗らなくても結構です。お腹の中にもりんご又は干

しスモモ 又は良く皮を剥いた栗を入れるだけ詰めてください。半分少々焼けたと思う頃、60ccの辛口白ワインかコニャックとレモン汁を掛けてください。

ガリシア-コルーニャ州の有名なコック ピカディジョの雄鶏のロースとのレシピを実際に試してみたのですが、雄鶏は料理を始める前に良く洗わなければならず、準備中も塩と肉汁を擦り付けなければなりません。この親切なコロニーのコックは、手にたこが出来るほど擦り付けるのがいい、と書いています。しかしながら、セロリ味の塩とお酢少々を最初にすり込み、焼きあがる前にレモン汁を刷毛で塗るほうが、私個人としては、食卓でレモン汁を掛けるよりはよかったですと思います。またピカディジョは、レタスサラダをお皿に盛り、その上に雄鶏を乗せると書いていますが、私は、雄鶏とレタスとは合わないと思います。それよりもベイクドポテトや、栗のピューレの方が相性が良いようです。栗はピューレのままでもピューレを黄金色になるまで焼いたものでもどちらも良く合います。又は茹で栗や根キャベツも良く合います。根キャベツはお湯に塩とビネガーを入れたもので茹でます。雄鶏と一緒に食卓に出す前に、肉汁と一緒にフライパンで少し炒めます。御皿に盛るときは、余分な肉汁は捨てます。反対にあまり肉汁がない場合は、豚脂で炒めてください。

4.16 若鶏と栗

材料 6～8人分：若鶏－1羽（1800k g位→増器物を取り除くと1400k g位）、栗－50個位、バター－60g、豚のカルドスープか、牛のカルドスープ－4リットル、セロリ1本

若鶏はまずお腹の中も外側もスパイス類をすり込み、切ったところを縫い、胸全体をスライスベーコンで覆います。オーブン用の耐熱トレイで50gのバターを溶かし、若鶏をその中に置きます。

オーブんにいれ、温度をととても低く設定します。暖炉などの横に蓋をしておいて置くだけでもかまいません。

若鶏は、全体に火が通るように、横向きで焼き、反対にして焼き、仰向けにしてまた焼きます。温度が低いいため水分の蒸発は殆どないものの、トレイの底は少し濃く、油っぽく、黄金色になってきます。

グリルで少しだけ栗を焼くか、炒めるかした後、カルドスープを少しいれ、セロリと一緒に煮込みます。

若鶏が焼きあがる15分前に、胸に付けたベーコンと糸を取り、栗を鶏の周りに置きます。

弱火で、蓋をせずにそのままオーブンでローストしますが、栗が壊れるのを防ぐために頻繁に肉汁を掛けてください。若鶏の胸は、次第に黄金色になってきます。

長めの大皿の中央に若鶏を置き、まるで真珠のネックレスをしているように栗を若鶏の周りに並べます。最後に肉汁を上から掛けます。

4.17 ガチョウのペリゴール風

準備時間：45分 調理時間：2時間半

材料 8~10人分：ガチョウー1羽（3キロ位の物）豚脂ー200g、牛のレバーー300g、茹で栗ー300g、大き目のリンゴー1個、大き目の新鮮なトリュフ又は缶詰のトリュフー1個、白ポルトワインー、オリーブオイルー大匙3杯、鳥のコンソメスープー1カップ、塩、コショウ 付け合せ用：茹で栗ー500g、焼きリンゴー8個、レタス、防水加工した紙

ガチョウはきれいに洗い、表面を火であぶり残りの毛を焼きます。豚脂 牛のレバー 栗を小さくみじん切りにします。リンゴは皮をむき芯と種を取り、薄いスライスにします。

トリュフをポルトワインで煮て、飾り用に2枚スライスして取っておきます。残りは小さくみじん切りにしてください。缶詰のトリュフを使用される場合は全てをみじん切りにしてください。レバーと栗のみじん切りに、このトリュフのみじん切りとスパイス類を加え、良く混ぜ合わせます。

ガチョウのお腹に先ほど用意した物とスライスしたリンゴを詰め、切り口を縫い合わせます。ガチョウの表面に油を塗りこみ、グリルの上に乗せます。オーブンの温度は強く、約250度に設定してください。グリルの下に敷いたトレイで受けた肉の脂に、トリュフを茹でたポルトワインと鳥のコンソメスープを少し加え、頻繁にガチョウにかけながら焼いてください。

肉が焼けたら大皿に乗せ、トリュフのスライスとトマトのスライスで花が咲いたように飾り付けをします。ガチョウの足に防水加工をした紙を巻いたり、大皿を栗や焼きリンゴやレタスで飾りつけしてみてもきれいです。

トレイに残った肉汁にコンソメスープを少し加え、ソースにします。

良質の赤ワインと良く合います。

4.18 雄鴨と栗（1）

材料：鴨－1羽、バターか食用油、5mmの厚さのスモーク豚脂－2塊、栗－1キロ、小振りの玉葱－1キロ、塩、コショウ、酢、砂糖、カルドスープ－1/4リットル

鴨を良く洗い、バターか食用油で表面に色が付くまで炒めます。良く炒まったら、カルドスープを注ぎ入れ、とても弱い火で約1時間半煮ます。冷凍栗は塩を入れた水から茹でて解凍します。解凍したら水を切ります。次にフライパンに水半カップ 角砂糖2つ 酢少々をいれ、水分が蒸発するまで約15分煮詰めます。別のフライパンで豚脂の塊を弱火で黄金色になるまで炒めます。最後に深めの耐熱用トレイに油を塗り、中央に鴨とその肉汁を入れます。その周りを囲むように栗玉葱 豚脂の塊をのせ塩コショウで味を整えます。アルミホイルでしっかり蓋をして、30分間オーブンで加熱します。

4.19 雄鴨と栗（2）

まず羽をむしり、臓器類を出し、表面を火であぶり残りの毛を焼きます。次にそれを強火で炒めます。アロマハーブ、スライスした人参、芽キャベツ、玉葱、かぶのスライス、塩、ニンニク、コショウを加えてください。暫く炒めた後、カルドスープか水を注ぎ、更に白ワイン少々とコニャックをお猪口1杯分ぐらい入れます。野菜は煮えにくいものから順に加えてください。野菜類が煮えた頃に皮なしの茹栗を加えます。全てが煮えたら出来上がりです。

4.20 野雁と栗の料理

材料：お一人に野雁1羽、トリュフ、マッシュルーム、栗

野雁をきれいに洗い、弱火で茹でます。茹で上がった後、野雁の骨を全て取り去り、トリュフとマッシュルームのシチューと混ぜ合わせます。

栗のアニス酒漬けと一緒に召し上がりください。栗は9月に収穫した実が白いものを選びます。

4.21 ヤマギシと栗の料理

材料：ヤマギシ、冷凍栗、玉葱、ニンニク、パセリ、サフラン、ゆで卵、マッシュルーム、レモン

このレシピは、どの種類の鳥料理にも合います。

ヤマギシをみじん切りにした玉葱、ニンニク、パセリ、サフラン少々と一緒に黄金色になるまで炒めます。ヤマギシの内臓を取り出し、すり器ですります。別の鍋で栗 玉子 マッシュルーム 玉葱1個 パセリを茹でます。全てをミキサ

一にかけ、ヤマギシのお腹に詰め込みます。最初の肉汁で再びヤマギシを煮込みます。

4.22 ほうれん草ロールと栗の料理

材料 4人分：牛肉の塊－400g、ほうれん草－400g、冷凍栗－300g、玉子－2個、パルメザンチーズの粉－70g、牛乳－1/2カップ、バター－40g、食用油－大匙2杯、ローズマリー－数本、塩、コショウ、白ワイン－1カップ

冷凍栗を約30分茹でた後、小さく切ります。ほうれん草を茹で、バターで炒め、先ほどの切った栗とパルメザンチーズの粉、牛乳を混ぜ合わせ塩コショウで味を整えます。

牛肉のスライスをまな板の上に置き、木のハンマーで上から叩きながら肉を薄く引き延ばします。肉の上に先ほどのほうれん草の混ぜ物を載せ巻きます。糸で縛り、油とバターとローズマリーを加え、白ワインを注ぎ入れ、水分が蒸発してしまう迄、一緒に暫く炒めます。

1時間半ほど煮て、肉を切りわけ食卓に出しましょう。

4.23 ヤマウズラと栗のクリームソース

材料 6人分：ヤマウズラ－6羽、フレッシュソーセージ－6本、長ネギ－2本、ベーコンスライス－12枚、白ワイン－2カップ、栗－1/2キロ、生クリーム－1カップ、豚脂－50g、食用油、塩、コショウ

ヤマウズラの毛をむしり、お腹の中を良く洗います。ヤマウズラ1羽につき皮をとったソーセージ1本と塩コショウをお腹に詰め、切り口を縫い合わせます。1羽につき2枚のベーコンで胸を覆い、糸で縛ります。

料理用土鍋にラードと油を敷き、切った長ネギとヤマウズラを色が付くまで炒めます。暫くして白ワインを注ぎ入れ、蓋をして中火で煮ます。必要であればカルドスープを少し付け足してください。

別の鍋で、きれいに皮をむいた栗を1リットルの水で茹でます。茹ったら、何度も裏ごしして下さい。裏ごしした栗に生クリームを加え、泡だて器で少し硬いクリーム状になるまで混ぜてください。

食卓に出すときは、一人分ずつお皿に盛り、ヤマウズラの上に熱い栗のクリームを載せます。

4.24 豚ロースと栗の料理

良質の豚ロースの塊を1本用意します。この肉の塊に、ラードと塩と下ろしニンニクを塗りこみオーブンで焼きます。焼いている途中に、頻繁に肉汁を上から掛けてください。焼けてきたら肉汁を捨て、上からコンヤックを掛けます。肉はスライスに切りお皿に並べます。丸いままの茹で栗を周りに並べます。この上から、先ほどの肉汁を掛けます。栗は丸いままの栗を使うのではなくて、牛乳 バター 塩を加え、栗を潰しピューレ状にしたものでも結構です。またこの豚ロースの料理の付けあわせを栗ではなく、新ジャガを焼いたものをつけても美味しいです。

4.25 栗とチョリソ

冷凍栗 1.5 キロを使います。鍋に栗 塩少々、大匙 1 杯分の砂糖、玉葱のスライス 1 個分、うずら豆一握りを入れ茹でます。

栗が柔らかくなってきたら、少量の栗を取り出して裏ごしし、スパイス類を入れます。

次にすでに炒めて半分に切ったチョリソを鍋の中に入れ、30 分ほど煮続けてください。熱いうちに頂きましょう。

4.26 ソーセージと栗の料理（1）

材料：ソーセージ 1/2 キロ、焼き栗 1/4 キロ、バター 50g、食用油、白ワイン 1 カップ、ローレルの葉 1 枚、ナツメグ、塩

ソーセージに塩をして、フォークで表面に穴を開けます。バターを敷いた土器鍋にソーセージを置き、上から油を振り掛けます。弱火でソーセージに色が付くまで炒めます。乾燥を防ぐために軽く焼いた栗の皮をきれいに取り除きます。栗を土器鍋に加え、上から白ワインを注ぎよく馴染ませます。更にローレルの葉、ナツメグを加えます。数分間ワインが減るように強火で煮ます。土器鍋に蓋をし、弱火で 15 分間、栗が柔らかくなるまで煮ます。

4.27 ソーセージと栗の料理（2）

材料：ソーセージ 500 g、栗 300g、白ワイン 1 カップ、食用油 0.1 リットル、バター 50g、ナツメグ ひとつまみ、ローレルの葉 2 枚、塩、コショウ

土器鍋に油とバターを敷き、溶けた所でフォークで穴を開けたソーセージを入れ 15 分ほど弱火で炒めます。更にすでにオーブンで焼いた栗を土器鍋に加えます。白ワインを上から注ぎ、ローレルの葉とナツメグで香り付けをします。蓋をして更に 45 分間煮続けます。

4.28 キャベツと栗とソーセージの料理

材料：キャベツ 1 個、ソーセージ 300g、栗 500g、バター 50g、カルドスープ 1/4 リットル、玉葱 1 個、タイム、ローレル、塩、コショウ

キャベツは洗って、約 20 分間塩水で茹でます。キャベツは水を切り、50g のバター、ハーブ類、塩、コショウ、カルドスープ、白ワイン、栗とともに土器鍋に入れ、蓋をして約 30 分間弱火で煮込みます。ソーセージはフォークで穴を開けバターで炒め、土鍋に加え、更に 20 分間煮込み続けてください。

4.29 子牛の肉と栗ときこの料理

材料：子牛の肉 600g、栗 400g、きのこ 400g、玉葱 1 個、トマト 1 個

子牛の肉はスライスにし、塩をふり、小麦粉をつけ、油で焼きます。

焼き鍋に油を入れ、玉葱、トマトを入れ炒めます。その後ソース鍋 1 杯分の水と少々の塩を入れて、肉を入れます。

栗は、熱湯に通し解凍した後、水を切り焼き鍋に加えます。

きのこは、きれいに洗い鍋に加えます。小さいきのこですとそのままの大きさで入れますが、大きいきのこですと、適度な大きさに切って入れます。弱火で煮て、火が通ったら終わりです。

4.30 肉と玉葱と栗の料理

土鍋にラードか油を入れ、厚切りの肉と、玉葱とトマトの輪切、ニンニク 3 片、シナモン、コショウ少々を入れ、色が付くまで炒めます。肉に焦げ色が付いてきたらワインカップ 1 杯と水少々を加え、一煮立ちさせます。肉を取り出し暫く冷ましてください。残りは裏ごししトーストしたアーモンドのみじん切りとあわせま

5 栗を使ったデザート

5.1 栗のシロップ漬

1 リットル用の土器二つと、3 リットル用の大きな鍋を一つご用意ください。

大きな鍋に、レモン半個を絞り入れたたっぷりの水で栗を解凍します。

栗が解凍したら、水半リットル、塩ひとつまみ、レモンの絞り汁半個分を入れた土鍋に栗を入れ、沸騰する直前までゆっくり暖めてください。

もう一つの土鍋に水半リットル、塩ひとつまみ、レモンのしびり汁半個分を入れます。

最初の土鍋から水を切って栗だけを次の土鍋に移します。ゆっくりゆっくりと水が沸騰する直前まで、栗に針が通るくらいの柔らかさになるまで茹でます。（少し硬めのほうがいいです。）

お湯は捨てて、水を入れ、栗を冷まします。

半リットル用の鍋に1/4キロの砂糖を入れ、お湯を上まで注ぎ、砂糖を溶かします。ひとつまみのバニラと、レモンの皮を少し入れます。

別の鍋に栗とこのシロップを入れ、火を入れますが、決して沸騰はさせないでください。これを48時間、時々行ってください。この48時間が過ぎたら、また新たに作ったシロップで、同じ工程をを48時間行ってください。出来ましたら、冷ましてお召し上がりください。

5.2 マロングラッセ

栗の加工品の中で、世界で愛されているお菓子にマロングラッセがあります。その昔、貴婦人たちがメノウでできたピンセットでお盆からんつまんでいた、繊細で絶妙な味を持つマロングラッセ。あなたもお好みに違いありません。

作り方を見てみましょう。

まず、栗は大きくて質の良いものを選んでください。変に聞こえるかもしれませんが、栗には種類によっていろいろとありますから。しかし、小さな栗“ペティート・マロン”もケーキのデコレーション用などに大変便利です。

皮のむき方は次の通りです。

鬼皮は、良く研いだナイフで平らな部分から剥いて下さい。鬼皮がむけたら、渋皮は次の手順で剥いて下さい。

- 1) 沸騰したお湯に2～3分つけ、渋皮を浮き上がらせませす。この方法だと、タンニンを含んだ渋皮の苦味が残ります。
- 2) とても熱くしたオーブンで2～3分焼き、渋皮を乾燥させませす。この方法では栗の表面が少し焼けてしまうという欠点があります。

もちろんデザート用に工場で皮をむいた栗もご利用いただけます。マロングラッセを作るために世界中で使われているのは、殆ど冷凍栗です。マロングラッセを作る工程がとてもゆっくりなため、工場でも、小さなお店の職人さんでも、栗の収穫の時期だけに期間を限定するわけにはいきませんし、一年中いつでもこのお菓子をご提供するためには、冷凍栗を使用するのは避けられないことなのです。

栗の皮がむけたら、次の3つの工程のいずれかを行います。

- A) 2つの栗を、平らな面同士合わせ、ガーゼで包み糸で縛ってください。これは職人さんが最も使っている手法です。
- B) 2つの栗を、平らな面同士合わせ、アルミホイルで包んでください。(日本で使われている手法です。)
- C) 栗同士がぶつかって、形を崩さないような、栗の形にくぼみがついたトレイを使います。まず、1つのくぼみに1つの栗を入れます。栗が砂糖を浸透させるのに十分な柔らかさになるために長い時間かけます。このようにアルミドンの浸透も独特の風味を与えます。冷凍栗の場合、冷解凍の工程で栗自体がある程度柔らかくなっているため、調理時間は短くて済みます。針でさしてみて中まで柔らかくなっているか確かめることをお勧めします。力を入れずに中まで刺すことができれば、終わりです。この丁度良い硬さで火を止めてください。さもないと栗が崩れやすくなります。

シロップを準備します。1) で使った水を使うと、栗本来の味が出て良いのですが、なければ水道水でもかまいません。水と同量の重さの砂糖を鍋に入れ、50%の砂糖水にします。適量のバニラと、できれば水の2~5%の重さのレモン汁も入れます。レモン汁は糖蜜の防腐剂的な役割も果たします。

シロップを弱火でゆっくりと沸騰し始めるまで暖め、栗を加え、5分間茹でます。火から下ろし、24時間冷まします。1日に1回、数日間、弱火で5分間茹でるという工程を繰り返します。日数にもよりますが、この工程で栗の糖分は増します。栗のシロップ漬けの糖分はもっと少ないですが、3~4日後にはマロングラッセになります。1キロの栗は1キロ200グラムのマロングラッセになります。

砂糖の代わりに同量のブドウ糖もお使いいただけます。ブドウ糖を使ったマロングラッセは、スムーズで甘みが少なく仕上がります。

コーティング用のシロップは、また最初からシロップを沸騰させることから始まります。石のテーブルの上にひとつずつ並べた栗に木でできたフォークでシロップをかけます。そのまま置いて乾かし、アルミ箔で包みます。お召し上がりになるまで冷蔵庫に入れて置いてください。マロングラッセは長持ちしますが、作った日から15日以内が1番美味しくいただけます。

栗のシロップ漬けは、濾過したシロップと共に、瓶で保存できます。

形が崩れた栗はピューレやアイスクリームなど他のデザートに使えますのでご安心ください。

マロングラッセの歴史

マロングラッセは、果物のはちみつ漬が起源だと言われています。ギリシャ人たちが蜂蜜の入った壺の中にイチジクを入れたのが始まりで、果実の中まで蜂蜜が浸透し、栄養分を取り、保存料の役目も果たしたイチジクのはちみつ漬ができたのです。

ローマ人たちは、ギリシャワインが大好きでした。もちろんギリシャの蜂蜜と水も好物でした。ルクロとヘリオガバロも例外なく退廃的で上品な果物の蜂蜜漬、コルメラの蜂の群れが採集した蜂蜜を使ったこのお菓子に目がありませんでした。

ローマ帝国は、栗の木をまるでその土地元来の木であるかのように次々と栽培していきました。セサールの軍隊は、ガリア地方のパンの木—当時彼らは栗の木をこう呼んでいました。—の下を進軍して行ったのです。古代ガウルとブリテンのケルト人であるドルイド司祭の教え：オークの木を尊敬し敬いなさい。とあるように、アステリックスが栗の木を尊敬していたかはわかりませんが、アルデチェ産の栗を食べ、フランス人が今でもそうであるように、時々猪の栗詰めを食べていたに違いありません。

果物の糖蜜漬のテクニックは、中世の修道院などに保管されているに違いありません。昔の文化の宝庫でもありますし、何といたっても修道士達は、グルメでしたから。ここから上品なルネッサンス時代が始まります。フローレンスやベニス
の貴婦人達はドゥックスの職人が作った繊細な糖蜜漬果物を、ゆっくりと優雅に唇に運んだのです。

フランスのボルボン王制の宮廷では、ギロチンで首を刎ねられるまでは、これより優雅で、今でも羨ましさで顔が青ざめる程洗練された料理を楽しんでいました。美しい貴婦人方は、ベルサイユスタイルで紳士たちに差し出されたトレイから優雅にメノウのピンセットでマロングラッセをつまんでいたのです。

フランス人やフランスびいきの人がスペインに持ち込んだ悪い習慣について、乱暴で禁欲的なコテコテのキリスト教徒はこのように批判しています。“マロングラッセを女々しく食べるよりは、乾燥栗を食べて奥歯が折れる方がましだぜ！”
現在でもスペイン人は自分たちはフランス人よりも男らしいと考えています。なぜなら自分たちは彼らよりたくさんニンニクを食べ、質の悪いワインを飲んで悪酔いしても平気だからです。

アンヘル・ムロは1893年に栗とバニラのコンポートについて私たちに話してくれたこと、そしてガリシアの偉大なコックピカディジョが19世紀の初頭にこの絶妙に美味しい食べ物の作り方を説明してくれたことは、まず最初に必要な材料は、忍耐力だということです。一つの栗を剥くのは本当に難しく、まるで美しく着飾った芸者さんの着物を取っていくようなものです。（もし疑うなら試してみてください。）次に茹でて冷ましての工程で栗を崩さないために必要になってくる更なる忍耐力。シロップをゆっくりと繰り返し凝縮させ、糸を引くほどまでの蜜の状態にする工程で、平穩さも静穩さも失わず、プロのパテシエになるという真剣な夢を諦めることがないような忍耐力が必要なのです。

しかし、一度良い結果を得ることができると、努力や犠牲なくしては栄光は掴めないと証明されるでしょう。低俗で木のような歯ざわりの栗が、もっとも高価で洗練されたお菓子に変わり、教養があり、位の高い人のみがそれを楽しむことができたのです。栗からマロングラッセへの変貌は、原始人が現代人へと変貌し、交響曲第9番を作曲したり、月に初めの一步を踏み出すに至るほどの道のりと同じ長さと言えるのです。

5.3 栗のフランベ ドットレ風

栗を良く焼き、皮を剥いたら、フライパンに重ならないように敷き詰めてください。

甘口の白ワイン、又は普通の白ワインに砂糖を少し加えたものを栗がひたひたに被る位注ぎます。ワインの変わりにオポルトワイン、マデイラワイン、黄色のアグアリエンテ酒、甘口のヘレス酒でも結構です。

とても弱い火で、沸騰した時点から10分から15分煮てください。

栗だけを取り出し、お皿に盛ります。残りの水分はもう少し煮詰めます。

煮詰まった液にアグアリエンテ酒かコニャック酒を加え、火をつけます。栗の上にかけてお召し上がりください。

5.4 栗の蜂蜜漬け

材料：皮なし冷凍栗－500g、蜂蜜－200g、レモンの皮

準備：冷凍栗は、オーブンに10分ほど入れて暖めてください。暖かくなったら耐熱容器に切ったレモンの皮と一緒に入れます。湯煎で溶かしておいた蜂蜜を栗の上からかけ、蓋をしてオーブンで20分ほど暖めます。

5.5 モンブラン

材料：皮なし冷凍栗－1キロ、ホイップドクリーム－2カップ、グラニュー糖－100g、牛乳、バニラ

準備：土器鍋に栗を入れ、牛乳をひたひたになるまで注ぎ、香り付けのバニラと一緒に45分間煮て下さい。裏ごしし、砂糖を加え、まだ熱いうちにこね、木のへらで土鍋から外れやすいようにまとめます。絞り袋にいれ、お皿の上に直接ピラミッドのように形を作ります。ホイップドクリームをこの上から均等になるように塗って下さい。

5.6 リンゴと栗のプリン

材料：リンゴ－2個、皮なし栗－300g、白ワイン－1カップ、砂糖－50g、グラニュー糖－小さじ2杯、バニラ

準備：栗を20分ほど茹でて水を切り、皮を剥きスライスしたリンゴと混ぜ合わせます。土鍋に移し、ワインを注ぎます。リンゴが煮崩れるまで中火で煮て下さい。次にこれを裏ごしします。裏ごししたらキャラメルを敷いたプリンの型にこのピューレを流し込みます。キャラメルが完全に溶けるまで湯煎してください。逆さにしプリン成型から出します。最後にプリンの上にバニラシュガーをぱらぱらとかけてください。

5.7 お米と栗の牛乳煮

材料：お米－300g、皮なし（冷凍）栗－300g、バター－50g、牛乳－1リットル、ウイキョウ、ローレル、塩

ひとつまみの塩と、小匙1杯のウイキョウとローレルの葉2枚で冷凍栗を茹でて解凍します。この時栗が崩れないように気をつけてください。土鍋に溶かしたバターで栗を数分間炒め、すぐにお米を入れます。ひとつまみの塩と、熱くした牛乳を少しずつ注ぎ入れ栗を煮ます。お米が牛乳を吸収し、ふっくらとなったら火から下ろしてください。良く混ぜ合わせ、熱いうちにお召し上がりください。

5.8 栗のパナジェット（カタルーニャのお菓子）

材料：冷凍栗－200g、牛乳－1/2リットル、マジパン、グラニュー糖

しっかり蓋をした土鍋に1/2リットルの牛乳を熱くし、冷凍栗を弱火で35分間茹でます。次に水分は捨てて、残りを裏ごしします。マジパンと混ぜてこね合わせ、パナジェットの形～白玉団子くらいのボールの形～に整え砂糖をまぶします。8～10分間中火のオーブンに入れて焼いてください。

5.9 栗のデザート

材料：冷凍栗：1キロ、塩、バター、砂糖、シナモン-1本、レモン、牛乳、
シャンティ（ホワイトクリーム）

冷凍栗が完全に解凍するまで、レモンの皮、シナモン、ひとつまみの塩を入れた牛乳で煮て下さい。水分を捨て、裏ごしします。60ccの砂糖と60ccの水で40度のシロップを作り、裏ごしした栗と混ぜます。真ん中に穴の開いたドーナツのような型にバターを塗り、その中にこのピューレを流し込みます。トレイの上で型からはずし、真ん中の穴の中にシャンティ、生クリームなどを入れてください。レモンとシナモンは調理の過程で取り除いても結構です。

5.10 栗のケーキ（1）

材料：冷凍栗-1キロ、バター-大匙1杯、砂糖-60cc、玉子の黄身-4個分、
牛乳-1カップ、アニス、塩、イースト菌

冷凍栗を塩水から茹で解凍し、フォークなどで栗を潰します。牛乳、砂糖、バターを鍋で少しの間暖めて、潰した栗、アニス酒少々、玉子の黄身、イースト菌を加えよく混ぜ、そのまま2分ほどかき混ぜ続け火から下ろします。型にバターか油を塗りできればパン粉を振り掛けます。型の中に先ほどのタネを流し込みます。召し上がる時型から出します。

5.11 栗のケーキ（2）

250gの潰した栗に、適量の牛乳、バター大匙1杯、玉子の黄身2個分を入れ、ピューレ状になるまで混ぜ合わせ、良く泡立てた卵の白身2個分（お好みで砂糖を加えてください）を加えます。

バターを塗りパン粉をまいた型の中にこのタネを流し入れ、湯煎にかけタネを固まらせます。火にかけ溶かした83.35gのチョコレートに溶いた玉子の黄身を加えます。まだ熱いうちに型から出したケーキの表面を覆うようにかけます。

5.12 栗のドゥルセとチョコレートのお菓子

材料：栗-1キロ、砂糖-200g、玉子-5個、板チョコ-1枚、バター-50g、
バニラシュガー-大匙2杯、くるみ-4個

栗を茹で、裏ごしします。これに玉子の黄身3個、グラニュー糖、バニラシュガーを加えよく混ぜます。次に角が立つくらいまで泡立てた白身を加え、泡を消さないように底からしっかり混ぜます。長方形の型にこのタネを入れて中火のオーブンで約1時間焼きます。その間、ソース鍋でチョコレートとバターを溶かし完

全に液体状になったら一旦火を止めます。溶いた玉子の黄身を2つ分入れ、重たい感じになるまで2~3分かき混ぜ続けます。火から下ろしたら、焼きあがった栗のドウルセの上からこのチョコレートソースを掛けます。くるみで飾り付けをして2~3時間冷蔵庫で冷やします。

5.13 ブッシュ・ド・ノエル (トロンコ・デ・ナビダッド)

材料：玉子ー6個、砂糖ー300g、小麦粉ー200g、フォンダンキャンディー、銀色の砂糖漬け果物。栗ー500g、油、生クリームー1/2リットル

栗をピューレにします。鍋に玉子の黄身6個分と砂糖250gを加え、泡が出るまで良く泡立てます。振った小麦粉を加え手早く混ぜ合わせ、角が立つくらい泡立てた玉子の白身6個分を加え、底からすくうように混ぜ合わせます。なるべく大きなケーキ型にバターを塗り、5mmの厚さになるようにタネを流し、耐熱用のクッキングペーパーで覆ってください。前もって暖めておいたオーブンで、強火で10分間焼きます。オーブンから取り出し、型から出してテーブルの上に置き、少し冷まします。スポンジの上に栗のピューレを塗り端からしっかりとロールします。トレイの上に乗せ完全に冷ましてください。生クリームに50gの砂糖を混ぜしっかりと泡立て、ロールの上からきれいに塗ってください。フォンダンキャンディーや銀色の砂糖漬け果物で飾り付けをします。

5.14 栗のフランベ

材料：冷凍栗、バター、白ラム酒

蓋をしたソース鍋で栗を弱火で茹でます。良く茹ったら、まだ熱いうちに木の棒で押し付け軽く潰します。水を捨て、トレイに上げ、溶かしバターと砂糖を上から掛けます。熱くしたラム酒を全てに浸るようにかけて、火を付けます。そのまますぐにお召し上がりください。他のリコールを使っても構いません。

5.15 栗のクリーム

材料：栗ー450g、砂糖ー150g、ラム酒ー小匙1杯、コニャックー小匙1杯、バターー60g、バニラシュガーー (コーヒー用の袋) 3本分

栗を塩少々を入れた牛乳で45分間弱火で煮ます。栗が解凍できたら、砂糖、溶かしバター、バニラシュガー、ラム酒、コニャックを加えます。栗をきれいに潰して型に入れ、冷やしてお召し上がりください。

5.16 栗とバニラのコンポート

48個のきれいな栗を選びます。まず鬼皮を剥いてから栗を渋皮のまま水につけます。

2リットル用の鍋に1リットル半の水を入れ、栗を茹でて皮を剥くのですが、それはまるでぴったり張り付いた膜や薄皮をはがすようなもので、大変根気が要る作業です。皮を剥いたら鍋に栗を重ねないように並べてください。

16度のシロップで栗を覆い、30分弱の間、鍋を前後にかすかに動かし火を回して調理します。

栗をざるに上げ、裏ごしします。シロップは30度に調節します。コンポート用の容器に栗をいれ、シロップをかけます。

バニラの房を1/4に切り、栗のコンポートに飾ってください。

5.17 パーフェクト・マロン (マロン・グラッセ)

材料：瓶詰めの栗のペースト-1キロ、生クリーム-375g、ひき割り砂糖-50g、バニラシュガー-1/2本（コーヒー用）、マロングラッセ又は栗のシロップ漬けたもの-150g、マラスキーノ酒またはラム酒-100cc、バター-125g

栗のペーストに溶かしバターを入れ、良く混ぜクリームにします。生クリーム3に砂糖を入れ、泡立ててシャンティエを作ります。これに先ほどの栗のクリームと、あらかじめマラスキーノ酒かラム酒に漬けておいたマロングラッセの屑を加えます。型にバターを塗り、タネを流し込みます。蓋をして約8時間冷蔵庫の一番冷えるところに置きます。お召し上がりの時は、ぬるいお湯に一瞬つけてみてください。型から外れやすくなります。

周りに崩れていないマロングラッセや、シャンティエ（少し遺しておく）を飾ると良いでしょう。

5.18 栗のアイスクリーム

材料：牛乳-10リットル、砂糖-2400g、ブドウ糖-500g、生クリーム-2リットル、塩-10g、乳化剤、

牛乳に砂糖、乳化剤を混ぜ合わせます。これをブドウ糖、塩、生クリームと共に低温殺菌機に入れ、低温殺菌します。低温殺菌の過程を全て終了し、24時間冷まします。最後に栗を加え冷凍庫で凍らせます。

5.19 栗のフィデオ (ヌードル)

材料：栗－1キロ、牛乳－1カップ、砂糖－100g、生クリーム－1/2カップ、硬く泡立てた生クリーム－1/2リットル、リカー（お好きな味の）－小匙2杯、バニラ－1房、塩－ひとつまみ

たっぷりの水と塩少々を入れた土鍋に栗を入れ、しっかりと蓋をして約40分弱火で茹でます。お湯を捨て、栗をミキサーにかけます。鍋に栗と、牛乳と、縦に開いたバニラの房を入れ沸騰させます。沸騰したら生クリームと砂糖を加え、混ぜずにそのまま火にかけておきます。固まってきて少し重たい感じのピューレ状になったら火を止め、バニラを取り出し、リコールで香り付けをし、そのまま冷ましてください。泡立てた生クリームを絞り袋に入れて6～8脚のカップの底に敷きます。栗のピューレは挽き肉機でヌードル状にします。栗ピューレヌードル1/3を生クリームの上に敷きます。次に生クリーム、栗、生クリーム、栗と段々重ねをします。できたらすぐにお召し上がりください。

5.20 栗のトルティータ（栗のパンケーキ）

材料：栗－1/2キロ、玉子－2個、砂糖－70g、パン粉－60g、ラード－100g、塩－ひとつまみ、ナツメグ－ひとつまみ

栗の凸面に十字の切込みを入れ、テフロン加工の鍋に栗と水を入れ、約20分間、栗の皮が開くまで茹でます。お湯を捨て、少し冷ましたら渋皮を剥きます。栗を裏ごしし、玉子1個、砂糖20g、塩ひとつまみ、ナツメグひとつまみを加え、ピューレにします。これを6つに分けパンケーキの形に整えます。これをまず溶いた玉子に付け、次にパン粉に付けます。ラードを敷いたフライパンで両面を色が付くまで焼きます。細かく砕いた砂糖をかけてお召し上がりください。

5.21 栗のメレンゲ

材料：栗－400g、チョコレート－200g、蜂蜜－大匙2杯、玉子－4個、ひいて粉にした砂糖

乾燥栗は水に浸し24時間置きます。24時間たったら栗を洗い、渋皮を剥いてください。栗を潰し、裏ごししたら、蜂蜜、粉にしたチョコレート、砂糖を加え、タネが硬くなるまで弱火で煮て下さい。この時かき混ぜないでください。コンポート用のカップにこのタネを流し込み、さめたら玉子の白身に砂糖小匙2杯分を入れ泡立てて作ったメレンゲを上から掛けます。これで出来上がりですが、メレンゲを少し焦がした方がお好きな方は、数分間オーブンで焼いてください。（オーブントレイに直接置いてください）

（このレシピは古い時代のものですので、現代では新鮮な栗のピューレを使っていただいてもかまいません）

5.22 栗のスフレ

まだ熱い栗のみを潰し、裏ごしします。これに玉子の黄身、100gのフレッシュバターを加え、良く練ります。（栗500gに対して玉子の黄身6個で計算します。）ひとつまみの塩と、ひとつまみのナツメグと、轆いたばかりのコショウを加えます。タネの硬さは、牛乳か生クリームを少しずつ加えて調節してください。

召し上がる20分くらい前に、玉子の白身を硬く角が立つまで泡立て、先ほどのタネに混ぜます。この時、水っぽくならないようにへらを使って切るように混ぜ合わせてください。

このタネを、予めバターを塗ったスフレの型に流し込みます。スフレは膨らみますので型の2/3位迄しかスフレのタネは入れないでください。1リットル用の型の場合、オーブンに入れて中火で20分焼きます。

オーブンから出したら出来るだけすぐにお召し上がりください。スフレは時間が経つとあっという間ししぼみます。

ノート：このレシピはケーキ屋さんで使われているレシピです。コショウを入れなくても結構ですし、塩とナツメグを減らしてバターを多めに使っても結構です。

5.23 栗のプリンのシャンティークリーム添え

材料：栗－750g、砂糖－300g、脂肪分の少ないバター－100g、玉子の黄身－6個、玉子の白身5個、牛乳－650cc、バニラー1房、砂糖（キャラメル用とシャンティークリーム用）－大匙2~3杯

型は、シンプルな丸型で、高さより底の方が大きく、1リットル半の容量のものを選んでください。型にキャラメルをつけます。

栗を沸騰したお湯で茹でます。火を強火にして渋皮が剥がれやすくなるまで茹でてください。栗を数個ずつ取り出し皮を剥いてください。（熱いうちの方が剥きやすいです）

栗の重さを量り、半リットルの牛乳で、栗が牛乳を全て吸収するまで、弱火で煮て下さい。なるべく熱い内に、急いで裏ごしするか、ミキサーにかけてください。（もし栗がまだ硬い場合は、必要な分だけの牛乳を足してもう暫く煮て下さい。）

200ccの牛乳に砂糖を加え、ゆっくりゆっくり、とても小さな火で沸騰させます。頻繁にかき混ぜながら、150ccの量になったら火からおろしてください。

バニラを加え蓋をしたら、少し冷ましてください。栗を茹でた鍋を洗い、その鍋に栗のピューレを入れ、火にかけます。続けてバターを加え休まず混ぜ続けてください。次に牛乳を、続けてすぐに玉子の黄身6個を一つずつ入れ火を止めます。別の容器に移し、冷ましてください。この間に玉子の白身5個分を角が立つ位まで泡立て、先ほどのタネに加えます。これを型に流し込みますが、ぎりぎり上まででは入れないでください。型に入れたタネはお湯がぶくぶくと沸騰するまで湯煎にかけます。その後、プリンが焼けないように蓋をして、オーブンに入れて焼いてください。

プリンが固まったらオーブンから出します。少し冷めるまで待ち、プリンを果物鉢に逆さにして移します。召し上がる寸前にシャンディークリームをプリン全体に塗り、出来れば細かく切ったピスタチオなどを上にかけてお召し上がりください。冷やしたほうが美味しいです。

ドーナツ型の型を使い、中にシャンディークリームを入れ、砂糖漬けシェリーなどで飾り付けをしてもきれいです。

5.24 栗のプリンのダークチョコレート

型にキャラメルを入れずにバターを塗るだけで、作り方は栗プリンのシャンディークリームかけと全く同じです。

もう完全に冷ましたプリンに、アプリコットの糖蜜を塗り、固まるまで待ちます。その上からダークチョコレートソースをかけ、さくらんぼの糖蜜付けを飾ります。

ノート：1 チョコレートの色を変えるととてもきれいに仕上がります。例えば半分をダークチョコ、半分をホワイトチョコなど。

ノート：2 プディングの形は丸、長方形、ドーナツ型などお好きなようにどうぞ。

5.25 栗のケーキ

材料：栗－1キロ、良質のチョコレート－250g、バター－100g、泡立てた生クリーム－1/4リットル、牛乳－5センチリットル

栗を茹で、裏ごしし、バターを加えピューレにします。牛乳とチョコレートを弱火で溶かし、栗のピューレに加えます。型に流し込み、冷蔵庫で2日間冷やします。

ノート：このレシピに玉子の黄身を加えても結構です。またコニャックやグランマニュエル酒など加えても美味しいです。

5.26 栗のミルフィーユ

材料：市販のミルフィーユの生地－800g、クリーム－250cc、栗のクリーム－500g、マーマレードジャム－200g、さらさらに挽いた砂糖－100g、レモンの絞り汁－1個分、マロングラッセ－10~12個

市販のミルフィーユの生地をオーブンに収まる長方形の大きさで、4mmの厚さに引き伸ばします。オーブントレイは水でぬらし、その上に生地を載せ、フォークでいくつも穴を開け、弱火で約30分間焼きます。少し冷ました後縦に4つ同じ大きさになるように切ります。ミルフィーユに入れるクリームと、固めのシャンティーを作ります。300gの栗のクリームにさらさらに挽いた砂糖とレモンの絞り汁を加えます。鍋にマーマレードを入れ熱めの湯煎にかけ、ゆるゆるにします。生地は4枚とも全て重ね合わせ、はみ出した部分などがあったら切りそろえ、全く同じ大きさにしてください。まず最初に生地を一枚置き、その上に半分の量のマーマレードを乗せ、二枚目の生地を乗せます。栗のクリームを塗り、三枚目の生地を載せます。残りのマーマレードを塗り、四枚目の生地を載せます。最後にシャンティーと栗のクリームの混ぜ合わせたもので一番上に塗ります。このクリームのミックスは、先ほど切り落とした生地の端切れと共に、デコレーションのために少し取っておきます。クリームとマロングラッセで飾り付けをして、お召し上がりになるまで冷蔵庫に入れておきます。

5.27 栗のピューレ

材料：栗－600g、牛乳－3/4リットル、砂糖－75g、バター－50g、バニラの房－半分

ノート：少ない量を作りたい場合は、材料を減らして作ってください。逆にもっとたくさん作りたい場合は、材料を増やしてお作りください。

まず栗の鬼皮をナイフで剥いてください。沸かしたお湯に栗を入れ、強火で茹でます。渋皮が離れてきたら火を止めてください。（約5分間です。）

栗を2~3個取り出し、渋皮を剥きます。（熱いうちの方がきれいに剥けます。）栗の皮が剥けたら水で洗って土鍋にいれ、沸騰した牛乳とバニラを加え、しっかりと蓋をしたら、ガスの場合もオーブンの場合も、弱火で栗が柔らかくなるまで煮ますが、この時絶対に混ぜないでください。（40分~45分）程度です。

普通、栗が牛乳をすべて吸い上げてしまったら栗は煮えているはずなのですが、まだ硬いようでしたら、再び牛乳を加え煮て下さい。（牛乳を入れすぎると水っぽくなります。）十分に煮えたらざるに上げ、熱いうちに裏ごしをします。裏ごしした栗にバターと砂糖を加え、滑らかになるまでよく混ぜ合わせます。

5.28 栗とチョコレートのトランプル

材料：栗－100g、チョコレート－90g、砂糖－75g、バター－50g、生クリーム－大匙2杯、バニラー1/2本、粉タイプのチョコレート

栗を解凍します。土鍋にバニラーと、上の材料には載せていませんが、牛乳を少々とバターを入れ栗を煮詰めます。バニラーを取り除いてから裏ごししてください。

チョコレートを用意してください。栗のピューレに加え更に滑らかになるように混ぜ合わせてください。

タネが冷たくなるまで暫くの間冷蔵庫に入れておきます。良く冷えたら、一口大に丸く丸めてください。外側にチョコレートの粉をまぶして出来上がりです。

5.29 栗のドゥルセ

材料：栗のピューレー1キロ、砂糖－1キロ、水－200cc、バニラー1房

大きなシチューポットで、選んだ栗を簡単に潰せるぐらいまで茹でます。渋皮は熱い内が剥きやすいですので、数個ずつの栗の皮を剥き裏ごしをするという工程を繰り返すと良いでしょう。

裏ごしした栗の重さを量り、それと同じ重さの砂糖を用意してください。砂糖を水に溶かします。（1キロの砂糖に対し200ccの水）鍋に裏ごしした栗と、砂糖水と、バニラーを入れ中火にかけます。焦げ付かないようにへらでかき回しながら15分から20分煮て下さい。

冷えたら固まりますので、少し水っぽぐらいで火を止めます。少し冷まして、ビンに詰めて保存してください。

5.30 栗プリンのキャラメルシロップかけ

作り方は、シャンディーをかけずにキャラメルシロップをかけるだけで、栗プリンのシャンディーかけと全く同じです。

キャラメルの材料：砂糖－150g、水－小匙6~7杯

シロップの材料：砂糖、水

キャラメルとシロップを混ぜてキャラメルシロップを作ってください。

プリンを固まらせ、キャラメルシロップを上から掛けてお召し上がりください。

5.31 栗のジャム

材料：栗、砂糖、バニラー 1 房、ラム酒

鬼皮を剥き、ひたひたの塩水で 4~5 分茹で、まだ熱い内に渋皮を剥き、ミキサーにかけてください。

1 キロの栗に対し、200g の水と 800g の砂糖を使います。

全てを鍋に入れ、混ぜながらバニラーも房ごと入れ、弱火で茹でます。お好みの硬さになったら火を止め 30g のラム酒を加えます。最後にもう一度良く混ぜてから瓶に詰めてください。

5.32 栗のケーキ “ジャマス”

材料：玉子 3 個、栗のクリーム 400g、ヨーグルトナチュラル 150ml、砂糖 400g、小麦粉 300g、ブランディー 大匙 1 杯、イースト菌 小匙 3 杯

栗のクリームと、砂糖と、玉子と、ヨーグルトと小麦粉を混ぜ、続けてイースト菌とブランディーを加えます。

全てが良く混ざったら数分間そのままにおいて置きます。型にバターかマーガリンを塗りタネを流し込みます。170 度で暖めたオーブンで焼いてください。

スポンジ状になったらオーブンから出して味見をしてみてください。

6. マロン・フォンテナック・ブランデー

6.1 サバヨンのマロン・フォンテナック・ブランデー

材料 4 人分：砂糖 50g、玉子の黄身 4 個、液体状の生クリーム 300cc、マロン・フォンテナック・ブランデー 4 粒、マロン・フォンテナック・ブランデーのシロップ 小匙 4 杯、泡立てた生クリーム 100g

液体状の生クリームを湯煎にかけての状態に泡立て、マロン・フォンテナック・ブランデーのシロップを加えてください。最後にマロン・フォンテナック・ブランデーの粒を加えカップに移し変え、上からシナモンのパウダーをかけお召し上がりになるまで冷蔵庫で冷やします。

泡立てた生クリームと小さく切った栗を上からかけてお召し上がりください。

6.2 マロン・フォンテナック・ブランデーのシャーベット

材料 4人分：水-250cc、砂糖-100g、マロン・フォンテナック・ブランデーのジャム、角が立つまで泡立てた玉子の白身-2個、みじん切りにしたマロン・フォンテナック・ブランデーの粒-2個

水に砂糖を入れ5分間暖めます。少し冷ました後冷凍庫に入れます。凍り始めた頃に冷凍庫から出しマロン・フォンテナック・ブランデーのジャムを加え再び冷凍庫に戻し凍らせます。

凍ったら冷凍庫から出し氷を小さく砕きます。泡立てた玉子の白身を加え再び凍らせます。シャーベットのボールを作り上から細かく切ったマロン・フォンテナック・ブランデーで飾ってお召し上がりください。

6.3 マロン・フォンテナック・ブランデーのアイスクリーム

材料 4人分：玉子の黄身-4個分、粉砂糖-200g、マロンクリーム-200g、泡立てた生クリーム-300g

玉子の黄身と粉砂糖を混ぜて少々長い時間泡立ててください。マロンクリームを加えます。次に泡立てた生クリームを加え丁寧に混ぜ合わせます。これを3時間ほど冷凍庫に入れます。

マロン・フォンテナック・ブランデーのクリームを上からかけてお召し上がりください。

6.4 マロン・フォンテナック・ブランデーとコーヒークリーム

材料 4人分：マロン・フォンテナック・ブランデー-12粒、マロン・フォンテナック・ブランデーのシロップ-半カップ、薄めのコーヒ-半カップ、とうもろこしの粉-小さじ杯、生クリーム-100cc、トッピング用のチョコレート 25g

マロン・フォンテナック・ブランデーのシロップを火にかけて温めます。コーヒ-を加え1分間、更に液体生クリームを加え1分間温め続けます。次に大匙2杯分の水に溶いたとうもろこしの粉を加え、少し硬くなるまで混ぜてください。

マロン・フォンテナック・ブランデーの粒をこのクリームの中に加え一度沸騰させ、冷まします。

お皿に盛り、上からチョコレートをかけてお召し上がりください。

6.5 マロン・ブランデー・フォンテナックのクレープ

材料 4人分：

クレープ生地：卵 2 個、砂糖 50 g、溶かしバター 30 g、バニラ 1 つまみ、小麦粉 100 g、牛乳 2 dl、レモンの皮 1 つまみ

中身：マロン・ブランデー・フォンテナックのクリーム 200 g、ホイップクリーム 1/4 kg、溶かしチョコレート 100 g、チョコレートを溶かす用の水 1/2 dl。

クレープを作ります。

玉子を泡立て、砂糖、バニラ、卸したレモンの皮、小麦粉、バター、牛乳の順に加えます。

全てをきれいに混ぜ合わせ暫く置きます。フライパンで薄く焼いてクレープを作ります。

クレープを 4 つ折にして三角の形にします。

水で溶いたチョコレートをお皿の底に敷き、4 つ折のクレープを 2 枚のせます。砂糖を上からふりかけ、生クリームをお花の形に飾ってお召し上がりください。

6.6 マロン・ブランデー・フォンテナックのプリン

材料 4 人分：マロン・ブランデー・フォンテナック 8 個、卵 4 個、砂糖 200 g、牛乳 1/2ℓ、シナモン 1 本

牛乳にシナモンを入れて温めます。

卵を砂糖 150 g と一緒に泡立てます。

少量の水で残り 50g の砂糖を溶かし暖め、プリン型に流し入れます。

牛乳と卵を混ぜ合わせ、プリン型に注ぎ、マロン・ブランデー・フォンテナックを入れます。約 15 分間湯せんにかけて温めて下さい。

ホイップした生クリームやチョコレートシロップと一緒に召し上がりください。

6.7 マロン・ブランデー・フォンテナックのテリーヌ

材料 4 人分：マロン・ブランデー・フォンテナック、マロン・ブランデー・フォンテナックのシロップ 1 カップ、魚 3 尾、ビスコチヨ 100 g、ホイップした生クリーム 250 g

シロップに火を通し、ミキサーにかけた魚を加え、こしておきます。

プラム・ケーキ用の型にゼラチンを少々入れ、冷蔵庫に入れます。

余ったゼラチンは冷やしておき、生クリームと混ぜます。

型の中のゼラチンが固まったら、クリームを少し入れます。次にビスコチョコを置き、マロン・ブランデー・フォンテナックを置いて、最後はクリームで終わるようにします。

冷蔵庫に入れ、数時間冷やしてからお召し上がりください。

型から出すために、お湯に少しの間浸してください。型出ししたら、一人分が指二本ぐらいの厚さになるように切ります。熱をとったカスタードクリームを添えると更に美味しいです。

6.8 マロン・ブランデー・フォンテナックのムース

材料4人分：マロン・ブランデー・フォンテナック 10個、マロン・ブランデー・フォンテナックのシロップ 1/2カップ、卵2個(卵黄と卵白に分けておく)、砂糖 100g、ホイップした生クリーム 2dℓ

マロン・ブランデー・フォンテナック 8個をシロップ 1/2カップと一緒に裏ごしし、2つに分けておきます。

卵黄は砂糖と混ぜ、白くなるまで泡立てます。

卵白は角が立つまでホイップし、その状態を保ってください。

裏ごししたマロンと卵黄を混ぜ、次にホイップした卵白を合わせ丁寧に混ぜます。

最後に生クリームを加えて混ぜ合わせ、カップに注ぎます。ホイップした生クリームと最初に残しておいたマロン・ブランデー・フォンテナックで飾り付けをします。

とってもおいしいデザートです！

6.9 マロン・ブランデー・フォンテナックのチョコレートボンボン

材料4人分：大粒のマロン・ブランデー・フォンテナック 12個、板状ブラックチョコ 1枚(ミルクなし)、ボンボン用の型 16個、溶かしバター 1/2dℓ

ブラック・チョコレートを溶かし、あらかじめ内側にバターを塗り、冷やし固めたボンボン用の型の中に注ぎます。

マロン・ブランデー・フォンテナックの粒を入れて、その上にまたチョコレートをかけます。

そのまま冷まし、固まったらマロン・ブランデー・フォンテナックのチョコレートボンボンのできあがりです。コーヒーによく合います。

6.10 マロン・ブランデー・フォンテナック (1)

材料4人分：バター**50 g**、砂糖 **100 g**、マロン・ブランデー・フォンテナック **12 個**、“リコール・トレス” 1カップ、カカオパウダー**25 g**、生クリーム **2 dl**

バターを溶かし、砂糖を加えます。

少し混ぜ合わせた後、マロン・ブランデー・フォンテナックを加えます。

少し炒めたらリコール・トレスをかけて短時間燃やして下さい(フランベする)。

生クリームを加え、最後に生クリーム少々で溶かしたチョコレートを加えます。

少し固くなるまで火を通し、そのまま冷します。

6.11 マロン・ブランデー・フォンテナック (2)

マロン・ブランデー・フォンテナック 2、3 個をスプーン三杯分の汁と一緒にマティーニ用か、同様の広口のグラスに注ぎます。

6.12 マロン・ブランデー・フォンテナック チョコレート

チョコレートに浸したマロン・ブランデー・フォンテナックを2、3 個を、小さく絞った生クリームで飾った容器の中央に置きます。

6.13 マロン・ブランデー・フォンテナック ヨーグルト

ヨーグルトをマロン・ブランデー・フォンテナックの汁と混ぜます。ボールにマロン・ブランデー・フォンテナックを3つ入れ、先ほどのヨーグルトと混ぜた汁を流し込み、好みで盛りつける。