

■各料理4人分の材料です。

水たき

■材 料
名古屋コーチン肉 きも1羽分(約1kg) ガラ1羽分、とうふ1丁、生しいたけ4個、春菊、ハクサイ、ねぎなど適宜

▶ごまだれ
白ごま大さじ6、みそ、だし汁各大さじ3、砂糖、酒 各大さじ1/2

【ごまをいり、熱いうちにすり鉢で油の出るまですりおし、みそなどを混ぜる。】

▶ほうれん草
醤油大さじ6、レモン汁大さじ4、みりん大さじ1/2、酒小さじ2

■作り方

① スープの取り方
とりガラを2〜3に折って水洗いし、深鍋に入れて水5カップぐらいを注ぎ、ねぎの葉先、しょうがの皮などを加えて強火にかける。沸立ったら火を弱め、沸いてくるアタを取りながら40分ほど煮る。こし器にふきんを敷いて静かにこす。

② 土鍋にとりガラスープを六分目まで入れ、沸立ったら肉、野菜を入れて煮る。アタが出たら時をすくう。

③ 二種類のたれを好みでつけて食べる。最後に、スープへご飯、うどんなどを入れてどうぞ。

■ひとこと

・鶏肉は皮つきのまま、一口大の大きさにする。
・さしみのように薄くそぎ切り、しゃぶしゃぶ風にして食べても、牛肉よりあっさりしておいしい。

とり皮のから揚げ

■材 料
鶏の皮、醤油、酒、小麦粉またはかたくり粉

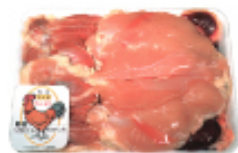
■作り方

① 皮は裏側についている黄色の脂肪を取り除き、2cm巾ぐらいに切って、醤油、酒を少々からめ、10分ほどおいて下味をつける。

② 小麦粉か、かたくり粉をまぶし、中温の油でパリッと揚げます。

■ひとこと

・レタスを巻いて食べても良い。
・皮は冷凍しておくも便利。佃煮などいろいろ利用できる。



精肉は、新鮮さを身上として注文を受けてからさばきます。一羽分をパックに詰めて販売しています。

また、加盟店でのコーチン料理もどうぞ。(いずれも要予約)

五目ごはん

■材 料
米2カップ、塩小さじ3/5、具の煮汁+水+酒大さじ2

▶具

とり肉100g(もも、手羽など)、しいたけ3枚、ごぼう50g、にんじん40g、糸こんにゃく長袋、油揚げ1枚

【しいたけのもどし汁+水5杯、砂糖大さじ1/2、醤油大さじ1/2】

■作り方

① 米は洗って1カップの水に30分浸す。

② 肉は小指の先ぐらいに刻む。

③ しいたけはもどして軸を除きせん切り、ごぼうは縦がきに切り水に浸す。人参は長さ3cmに切り幅5mmの短冊切り。

④ 油揚げは無湯に差し油をぬき、糸こんにゃくは湯湯をかけざくざく切る。

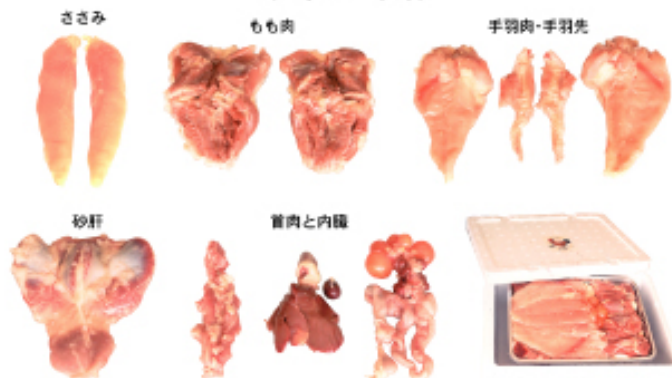
⑤ 鍋に油を熱し、水気を切った野菜、糸こんにゃくを加えて炊める。しいたけのもどし汁と水、肉、油揚げを加える。沸立ったら中火にし、砂糖と醤油で調味、5〜6分煮て火を止める。

⑥ ご飯を普通に(具の煮汁を入れ)炊き、炊き上がった後、具を混ぜ合わせる。

■ひとこと

炊き込みご飯の代表的なものです。季節を問わずおいしく楽しめます。風味を生かすために煮た具を、ご飯を蒸らすときに混ぜます。

(パックの中身)



岩倉市名古屋コーチン振興組合がお届けする内にはこのシールが貼られています。

岩倉市名古屋コーチン振興組合加盟店のご紹介

●料理研究家

竹浦江子 岩倉市新橋町1-35-3 コープ野村2-308 TEL0587-38-1275

●料理店(五十音順)

松 月 岩倉市本町神明西10 TEL0587-37-0276

に わ 岩倉市中本町南加路橋19-1 TEL0587-66-3561

東 乃 里 岩倉市東町長山68-2 TEL0587-66-1551

●精肉店

鳥 勝 岩倉市本町畑中21 TEL0587-66-0379 携帯090-1234-8977

●初生雞・中雞・鶏肉販売など

関戸養鶏人工場 岩倉市西町西市前42 TEL0587-37-0369

※いずれも予約が必要です。

いわくらの味
名古屋コーチン
家庭料理
ア・ラ・カルト



食生活が向上し、よりおいしいもの、健康的なものへの要求が高まっています。いま、これらの声に応えることのできる食品が「かしわ」の最高峰、名古屋コーチンです。皆さんも、本場岩倉の安心でフレッシュな鶏肉を一度味わってみてはいかがでしょうか。

成熟した肉は良質のたんぱく質、脂肪、ビタミンB2とも豊富で、繊維が柔らかく脂肪と肉がはっきり分かれているため、幼児から高齢者向けまで調理の仕方により使い分けができます。

さらに、当地域の湿潤な風土は名古屋コーチンを育成する上でも最速であるといわれており、その中でゆっくり時間をかけて大事に育てられた鶏は、本来のうまみ(こく)をたっぷり秘めています。五目ごはんを筆頭に名古屋コーチンの料理は、まさに、岩倉の風土に根ざした伝統的な食文化といえるでしょう。

発行/岩倉市・岩倉市名古屋コーチン振興組合

ひきずり

■材 料
名古屋コーチン肉 きも1羽分(約1kg) 焼きたうふ、生しいたけ4個、春菊、ねぎなど適宜

■作り方

鉄鍋にとりの油をひき、あとは醤油と砂糖で味を付けて

■ひとこと

この地方では、わりしたを便わずに召し上がる家庭が多いようです。

IWAKURA



交通

名鉄岩倉駅から市役所まで徒歩3分。
名鉄名古屋駅から岩倉駅まで名鉄犬山線15分。名古屋空港から車で25分。
名神高速道路一宮I.C.または小牧I.C.から15分。