プロの仕込み！おうちのお食事体
験をもっと楽しくする、
すぐ使えるパーツ素材

マグレ鴨胸肉の
ロースト

平均220g程度
1枚￥1800

※たっぷり2人前あります。
※本当にこの写真の状態に
なります。

これは高級レストランレベルのかなり豪華な鴨の胸肉のローストを、ご自宅で再現できる商品です。マグレ鴨とは、フォワグラ（巨大脂肪肝）を採るために強制的に肥育させた鴨のこと。その分厚い胸肉と、それに含まれるジューシーな肉汁、味の濃さが特徴の、フレンチレストランで頻繁に使われる食材です。
記念日など、ここぞというときの勝負料理に、あるいはスライスして冷たい前菜としてちょっとずつおつまみに。ふつうの照り焼きのたれで、とてもおいしく召し上がれます。

※応用料理例
おつまみのスライス鴨（難易度★☆☆）　鴨のロースト照り焼きソース（★☆☆）
鴨南蛮（★☆☆）　鴨治部煮（★★☆）　鴨のロースト　オレンジ風味（難易度★★★）

取扱説明書

プロの仕込み！おうちの
お食事体験をもっと楽しく
する、すぐ使えるパーツ素材

マグレ鴨胸肉のロースト

すでに塩味を決めてあり、ベストな状態にローストしてあります。温度を適温まで上げるだけで、血のにじむような美しいロゼ色（薔薇色）とジューシーさが戻ります。説明が長いですが、決して難しくありませんので、ひとつひとつ確認しながら丁寧に作業を行ってみてください。サラダと焼き野菜を付ければ、完全にレストラン料理です。ソースは、普通の照り焼きのたれでとてもおいしく召し上がれます。特別な日に、ぜひチャレンジしてみてください。

※以下はローストを作るための説明です。全て科学的な根拠に基づいていますので、細かい点も、全て書いてある通りにしてみてください。省いたり違うことをしたりすると、状態が変わる恐れがあります。

1)ローストする前の準備段階として、肉を適温まで温めておきます

① 冷たい状態のままの肉を、ポリ袋に入れます。口は縛らず、開いたままにしておきます。
（フリーザーバッグなど口にチャックができるものではなく、お渡しした際のポリ袋にしてください）

② 肉がたっぷり浸かるくらいの水が入るサイズの鍋に、お湯を用意します。
（1枚の肉に対して、1.5L程度の湯量が適正です。1~2人前程度のパスタを茹でるときに使う鍋のサイズとお湯の量くらいです）

③ ②のお湯の温度を、沸騰までではなく、75度程度まで上げます。
（温度計がない場合は、沸騰したお湯にコップ半分程度の水を入れて火を止めたくらいが、だいたい適温に近くなります）

④ ②のお湯が75度になったら、火を止め、鍋を火口から外します。

⑤ ④の中に、①を入れて沈め**（写真A）**、少しずらしてふたをして**（写真B）**、そのまま10分程度放置します。

⑥ お湯から引き上げます。この時点で、肉が柔らかく、ある程度温かくなっていればOKです。（熱くなっている必要はありません）

⑦ 袋に入れたまま、鍋の湯の中に入れておけば、保温しておけます。

※肉を複数枚同時に温める場合は、それぞれを別の袋に分けて入れてください。また湯の量を、肉1枚につき500cc程度増やしてください。

（写真A）

（写真B）

2)焼き立ての状態にします

① 1)の⑦の肉を袋から出し、ペーパー等で皮面を軽く拭きます。皮面を上にして、魚焼き用グリル(あるいはオーブントースター)に入れます。

② 火を点けて、数分間、様子を見ます。（火力調節ができる場合は、やや強火にしておいてください）皮面が焙られて、しだいに脂がパチパチしてきます。

③ そのまま続けると、やがて皮面のどこか一部から、焦げ目が付き始めてきます。その時点で、火をとめます。そしてグリル（あるいはトースター）の扉を開けないまま、そのまま5分～10分放置します。

④ これで完了しています。③で火を止めたあとに、付け合わせなどを用意しておいてください。

⑤ 肉を切って、盛りつけます。「鴨　ロースト」などで画像検索して、美しいカットや盛り付けを楽しんでください。

鴨の胸肉は内部に少し硬い筋の膜が入り込んでいるので、通常は薄くスライスすることが多いですが、厚めに切っても、それはそれでマグレ鴨ならではの肉厚な歯ごたえとジューシーさがとてもおいしいです。

普通の鶏の照り焼きのタレがとても合いますが、肉に塩味がかなりしっかりつけてあるので、しょっぱくならないようにご注意ください。

☆上級テクニック！
ブルーベリージャムやオレンジマーマレードをほんの少しだけ付けると、フレンチ風になります。