



三度鍋

イベリコ豚の骨でスープをとる
イベリコ豚のすね肉を柔らかく煮に
イベリコ豚のバラ肉をしゃぶしゃぶに

当店のコンセプトは、こだわりの食材でお酒にマッチした和を基調にした創作料理を提供しつつ、敷居の高くない居酒屋感覚でご利用頂ける店を目指しています。

雑誌の企画のための調理ではなく、当店で日頃の営業で提供している調理の工夫を紹介させていただき
ます。

七月号で使ったイベリコ豚のライフジュエル社から生肉が入荷しましたので、前菜・しゃぶしゃぶ・鍋と一つの器で三種類の料理が楽しめる三度鍋を仕立ててみました。

② イベリコ豚のすね肉を箸が通るくらいの柔らかさに煮ておきます。

③ ①の上に生野菜を敷き、②のイベリコ豚のすね肉をおき、白髪葱を盛り、ミニトマトを散らします。まず、この状態でお客様に前菜（サラダ）として、四月号のトロミアップを使用した分離しないドレッシングを添えてお出しします。サラダを食していくと、下から野菜の煮物が表れてくるという、ちよつとしたサプライズの演出も兼ねています。

④ ③を食べ終わったら、カセットコンロにかけて火を通し、出汁が沸騰してきたらイベリコ豚のバラ肉をしゃぶしゃぶにして食べます。豚の脂がほどよく出たところで野菜と豆腐、茸を食べます。

イベリコ豚の骨でスープをとりますが、和食ですからラーメン屋の豚骨系のような白濁したスープはとらずに、絶対に沸騰させないで、ゆっくりと煮出してじっくりとエキスをだし、ゼラチン質を取り除いた透き通ったスープをとります。

① 下煮した野菜と豆腐、茸を鍋に移し、イベリコ豚の骨でとった出汁を入れて、冷蔵庫に入れて冷やし固めます。

一つの鍋で三度食べられるところから三度鍋と名付けさせていただきましたが、リーズナブルにご利用頂けるようにすね肉かバラ肉を外して二度鍋としても成り立ちます。

また、提供の仕方を変えて冷たくしても食べられますので、秋の寒暖の差があるときにも利用価値のある鍋です。色々なバリエーションをお店の置かれた位置で考えれば、さらに幅が広がる鍋料理のひとつだと思います。



武田 博行
料理研究家 比呂武
(株式会社 DCREATE)



たいまる
鯛縁
鮮魚鮮菜
〒350-0231
埼玉県坂戸市泉町 3-3-8 108
TEL : 049-299-6653
<器協力> 豊栄
東京都新宿区北新宿 4-13-10
TEL : 03-5386-8391
<素材輸入元>
合同会社ライフジュエル
東京都中野区本町 4-7-12
TEL : 03-6382-5494
info@lifejewel.com