

Deutschlandjahr-Kochkurs

mit Claudia Marra

マラさんのドイツ料理

第7回

Wein

ワイン料理

平成17年(2005)10月23日(日)

会場：西部ガスリビングプラザ メルカつきまち

「ザウワークラウトクーヘン

(Sauerkrautkuchen)」

「すぐ出来る赤ワインクリーム

(Schnelle Rotweincreme)」

「自家製レバーペースト

(Hausmacher Leberpastete)」

「ほろ酔い気分のローストチキン

(Beschwipste Hähnchenkeulen)」

参考レシピ

デザートワインスープ おばあさんのザウワーブラーテン フランメクーヘン

「ザウワークラウトクーヘン(Sauerkrautkuchen)」

《材料》（日本のキッシュ型2個分）

小麦粉 250g 水 100cc

ラード 125g（又はマーガリン）

ザウワークラウト500g

ピリ辛サラミ 250g（ハム ソーセージ ベーコンでもよい）

（ベーコンを使う場合、あらかじめフライパンで軽く焼き油脂を出してお

く）

卵黄 5個分 塩 胡椒 適量

生クリーム 350cc

《作り方》

オーブンを200 にセットする。

小麦粉 ラード 水 塩を合わせて滑らかになるまでよく捏ね、30分位涼しいところで生地を休ませる。

ザウワークラウトの水気を切り、更に両手でしっかりとしぼり小さく切る。サラミも同じように小さく切る。

ボールに卵黄、生クリーム、塩、胡椒（塩、胡椒は味をみながら）を入れしっかりと攪拌する。

休ませていた生地をめん棒でのばし、オイルを塗ったキッシュ型に広げ入れ、そのとき周囲の生地はキッシュ型より2～3cm高めにする。底はフォークなどで穴を数カ所あける。

ザウワークラウト、サラミを生地の上に均等に広げてのせ、上から卵黄クリームを流し入れる。

オーブンの中段に入れ、約40分程焼く。

キッシュ型がなければ丸いケーキ型でもよい。

「すぐ出来る赤ワインクリーム(Schnelle Rotweincreme)」

《材料》（6人前）

赤ワイン	250cc	ゼラチンパウダー	10g
生クリーム	150cc	砂糖	大さじ3～4
氷キューブ	100g		

《作り方》

ゼラチンを水でふやかす。

赤ワインに好みの甘さに砂糖を加える。

ゼラチンを電子レンジで溶かしてワインに加え、それをミキサーに移し生クリーム、氷を加えてよくよく攪拌する。

一人前づつグラスに注ぎ、冷蔵庫で20分くらい冷やす。

「自家製レバーペースト (Hausmacher Leberpastete)」

《材料》

新鮮な鶏肉レバー	400 g	(下処理をし2 ~ 3 cm切る)
ピーナッツパウダー	100 g	
バター	大さじ2 ~ 3	
玉ネギ (小)	1個	(さいの目切り)
ニンニク	2 ~ 3片	(みじん切り)
ブランデー	大さじ2	辛口白ワイン 125 cc
エストラゴン	少々	(パセリ、マジョラムでもよい)
フィラデルフィアチーズ	200 g	
塩、胡椒、マジョラム	適量	

《作り方》

レバー、玉ネギ、ニンニクをバターでさっと炒め、ブランデーを注ぎフランベする。(焦げ目を付けないように注意)

からレバー、その他の具を取り出し、ピューレしてピーナッツパウダーを混ぜる。(焼き汁は捨てない)

焼き汁に白ワイン、エストラゴンを加え半分の量になるまで煮つめる。

煮つめた焼き汁を火から下ろし、フィラデルフィアチーズを加え
チーズと焼き汁をよくなじませる。

とレバーピューレをまたよくなじませ、塩、胡椒で味を調える。

テリーヌ型にレバーペーストを盛りつける。

辛口のワイン、焼きたてのパンなどとともいただく。

「ほろ酔い気分のローストチキン(Beschwipste Hähnchenkeulen)」

《材料》（6人前）

玉ネギ	200g	鶏もも肉（骨付き）	6本
赤身の多いベーコン	125g	オイル	大さじ2
マッシュルーム	250g	ローリエ	1枚
砂糖	大さじ2	小麦粉	大さじ4
辛口白ワイン	1本（750cc）		
塩、胡椒	適量	イタリアンパセリ	約一束

《作り方》

皮をむいた玉ネギ、ベーコンをさいの目に切る。

鶏肉もも肉は数カ所に切り目を入れる。

マッシュルームは汚れを取り除き、さっと洗って好みの大きさに切る。

厚手の煮込み鍋にオイルを入れ十分に熱しベーコンを入れて強火でさっと炒め、そこに鶏もも肉を入れ、両面によい焼き色をつけて塩、胡椒をする。

そこに玉ネギ、マッシュルーム、ローリエ、砂糖を加え
玉ネギが透明になるまで炒め、小麦粉を振り入れ更に軽く炒め、
ワインをひたひたに注ぐ。

蓋をして45分ほど煮る。肉に充分火が通ったら、味を確かめ、
塩、胡椒で加減する。

みじん切りのイタリアンパセリを上には散らす。

パン、ご飯などと頂く。

参考レシピ

デザート ワインスープ (Desert Weinsuppe)

《材料》

リンゴ	1 k g	砂糖	2 0 0 g
赤ワイン	1 2 5 cc	辛口白ワイン	2 5 0 cc
シナモンスティック	1 本	グローブ	2 ~ 3 個
バニラアイスクリーム	適量 (ハーゲンダッツなど濃い味のもの)		

《作り方》

リンゴの皮をむき丸形の型抜きでくりぬく、リンゴの残りは
2 ~ 3 mm ぐらいのうすぎりにする。

丸くくりぬいたリンゴに赤ワインを注ぎ、電子レンジで3 ~ 4分加熱し
そのまま冷蔵庫で冷やす。

(前日に、この作業をしておくと更に美味しくなる)

薄切りにしたリンゴに白ワインを注ぎ、シナモンスティック、

グローブをいれ加熱して冷蔵庫で冷やす。

(とろみをつけたいときは15gのタピオカ又はゼラチンで濃度を増す)

食卓に出す直前にバニラアイスと のリンゴ入り白ワインスープを混ぜ、お皿につく。

そこに十分に冷えたリンゴ入り赤ワインスープをよそおい
好みでミントの葉、生クリームをそえる。

「おばあさんのザウワーブラーテン(Grossmutter's Sauerbraten)」

牛肉の堅い部位を軟らかく食べられるように考えられた経済的な料理。

牛肉の塊を赤ワインと酢に長時間漬けこみ、肉の中まで漬けこみ液を

しみこませてから煮込んだもので、ザウワーとは酸っぱいの意味。

《材料》（6人前）

マリネー液

赤ワインビネガー	1 0 0 cc	赤ワイン	1 0 0 cc
ローリエ	1 枚	粒胡椒	8 粒
玉ネギ（4つぎり）	1 個	塩	適量
ニンニク（2つぎり）	1 片	スライスレモン	2 枚
グローブ	1 個	オールスパイス	2 個
ジェニバー（ネズの実）	1 個	角砂糖	1 個
牛肉（すね肉など）	8 0 0 g	黒パン	8 0 g
クランベリーゼリー	大さじ 1	ポートワイン	大さじ 1
生クリーム	大さじ 4	塩、胡椒	適量

《作り方》

マリネー液の材料に750ccの水を加え煮立たせ、冷ます。

深い蓋つき耐熱容器を用意する。

牛肉を軽く叩きながら、汚れ、血等をふき取り、用意した容器に肉を入れ、充分冷えたマリナー液を流し入れ、蓋をする。

容器ごと冷蔵庫で24時間マリナーをする、その間2～3回肉をひっくり返す。

200～225に予熱したオーブンに容器ごと入れ、30分以上、肉の状態を見ながら焼く。肉が充分軟らかくなったら取り出し、肉と肉汁を分ける。

(肉が冷めないように注意する まだ温かいオーブンに置いておく)
肉汁をこして、350cc程測ってとりわけ、その中に耳を取らずに小さく切ったパンを入れ少し煮て、ピューレする・

(澄んだスープを作るなら、もう1度こし器で漉す)

そのスープをポートワイン、クランベリーゼリー、タイム、塩、胡椒で味を調える。

(前回作ったシュペーツェレと一緒にいただくのはいかがでしょうか)

肉の表面をかりっと仕上げたいときは肉だけをオーブンで軽く焼き肉汁に戻して容器の蓋をしてさらにオーブンで焼くとよい。

「フランメクーヘン(Flammekuchen)」

《材料》（5～6人前）

生地

小麦粉	250cc
牛乳	125cc（人肌くらいに温める）
マーガリン	50g（室温に置いておく）
ドライイースト	6g
塩、砂糖	ひとつまみ

中身

サワークリーム	250cc
玉ネギ	小1個（薄くスライス）
シュヴァルツバルダーシンケン	50g（小さく切る）
（イタリアのパルマハム、その他日本製のマイルドな味のハム）	
ニンニク	2片（押しつぶす）
すり下ろしチーズ（ゴータチーズ）	好みの量

《作り方》

マーガリンを温めた牛乳でとかし、ここに残りの生地材料を加え捏ねてイースト入りの生地を作る。

生地は覆いをして室温で2時間ほど休ませる。

その生地をめん棒で薄くのばし、オーブンシートを敷いた天板に入れ、生地の上に玉ネギ、ハムを散らし、サワークリームとニンニクを混ぜたものをかけ、その上にまた玉ネギ、ハムを散らし摺りおろしたチーズをたっぷりとかける。

200 ~ 220 に予熱したオーブンで10分ほど焼き生地をパリッとなるように焼く。

市販のピザ生地を使うと簡単に出来る。