

Poulet Provençal

プロヴァンス風チキン



(株)オリーブドゥリュック
Luc DOUMENGE

材料

| | |
|-------------------------------|------|
| 鶏もも肉（骨なし）7~8切 （又は豚のコートレット） | 2kg |
| にんにくペースト | 80g |
| ブーケプロヴァンサル | 100g |
| オリーブオイルEXV | 60g |

作り方

1. 塊に切った鶏肉に塩、コショウをする。
2. 鶏肉に、にんにくペースト、ブーケプロヴァンサルとオリーブオイルを混ぜたものを、まぶし塗る。鶏肉の皮のついた面には軽く、身の面にはたっぷりと塗ること。冷蔵庫に入れて一晩おく。
3. 翌日、200°Cに熱したオーブンで15~20分焼く（中心温度65°C）。

☆加熱温度および時間は、使用するオーブンにより多少ばらつきがあります。



* 味付けのバリエーション *

ブーケプロヴァンサル代わりにオススメの味

バジリコペースト



ペーストロッソ

(ドライトマトベースの野菜ペースト)

タップナードノアール

(ブラックオリーブペースト)



フロヴァンス風
ポークコートレット



フロヴァンス風
チキンのタルティーヌ



チキンとポテトサラダの
カスクルーツ