

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、220°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
カスクルット