



オリーブ牛のある食卓 簡単!アレンジレシピ

オリーブ牛を家庭で簡単においしく味わえる
本格レシピを、JRホテルクレメント高松 副総調理長の
川田美広シェフに教えて頂きました。

オリーブ牛のポトフ

フィレ肉を下茹でし、氷水で締めて肉の旨みを閉じこめます。スープのベースに野菜のブイヨンを使うことで、オリーブ牛本来の味がより引き立ちます。野菜と一緒においしく栄養を摂れる温かいポトフは、冬のお料理に最適です。

【材料/2人分】

- オリーブ牛フィレ...120g
- コンソメ顆粒(野菜)...4g
- 水...400cc
- ローリエ...0.2枚
- タイム...1枝
- カブ...2個
- 人参...2本
- じゃがいも...2個
- しめじ...10g
- ブロッコリー...2個
- プチトマト...2個
- 黒胡椒...少々
- EXVオリーブオイル...少々

【作り方】

- ①オリーブ牛フィレ肉を厚さ2.5cmほどに切ります。
- ②お湯を沸かし塩を入れ中火にします。フィレ肉をそっとお湯に入れ肉の表面が白くなったら氷水に入れて冷まし、キッチンペーパーで水気をとりおきます。
- ③ブイヨンと水でコンソメを作り、カット野菜を入れ、ローリエ、タイムとともに煮込みます。(ブロッコリーとトマトはあとから)
- ④フィレ肉を鍋に入れて弱火にし、4分ほど軽く火を入れます。火が通ったら保温しスープの味を整えます。
- ⑤煮上がった野菜を器に盛り、フィレ肉をカットし盛り付けスープを注ぎ、黒胡椒を砕いたものとEXVオリーブオイルを回しかけ仕上げます。



オリーブ牛もも肉の野菜巻きカツ

薄切りのもも肉を使用し、野菜の下茹でを先にすることで火が通りやすく調理時間も短縮に。
もろみソースはオリーブ牛、野菜との相性も抜群です。

【材料/2人分】

- オリーブ牛もも肉...160g
- もろみ...120g
- ごぼう...20g
- ピネガー...20cc
- いんげん...20g
- オリーブオイル...10cc
- にんじん...20g
- 水...30cc
- マコモタケ...20g
- 付け合せはお好みで
- 小麦粉...10g
- 卵...1個
- パン粉...50g

【作り方】

- ①オリーブ牛もも肉のスライスを広げ塩、胡椒をします。
- ②ごぼう、いんげん、にんじん、マコモタケを5mm角の長さ8cmに切りそろえ、さっと茹でおきます。
- ③野菜をもも肉の上に置き、中心にくるようロール状に巻きます。
- ④小麦粉、溶き卵、パン粉の順につけ、170℃の油で2分ほど揚げます。
- ⑤もろみとピネガー、オリーブオイルを混ぜ合わせ、味をみて水を加えます。
- ⑥ポテトサラダなどお好みの付け合せと、半分にかットしたカツとソースを皿に盛り付けます。



JRホテルクレメント高松
副総調理長 川田美広
Kawada Yoshikiro

香川県高松市出身。「東京全日空ホテル」にて宴会調理、各レストラン調理に従事。1997年から在スウェーデン日本国大使館勤務。在国中、天皇后両陛下(現上皇様)が訪瑞、公邸にての食事、グランドホテルでのレセプションの料理に携わる。2000年帰国。2003年全日空ホテルクレメント高松入社。2005年JRホテル料理コンクール全国3位。2015年JRホテルクレメント高松レストラン「フィオーレ」調理長就任。2020年JRホテルクレメント高松 副総調理長就任。

かがやくけん、かがわけん。
香川県 讃岐牛・オリーブ牛振興会
〒760-0023 香川県高松市寿町一丁目3番6号
Tel.087-825-0284 Fax.087-826-1098

讃岐牛・オリーブ牛の詳しい情報は公式HPをご覧ください。

オリーブ牛 検索 <https://olivefedwagyu.jp>



事業名「かがわの美味しい食材需要喚起事業」



10th anniversary

オリーブ牛は 生誕10周年を 迎えました。

日本屈指のオリーブ栽培の地、そして讃岐牛発祥の地である小豆島。1農家から始まった取組によりオリーブ牛が誕生しました。多くの人々の共感を呼び、今では香川県全域に広がり、年間2千数百頭が出荷されています。オリーブ牛は生産する人、加工販売する人、調理提供する人、食べる人、多くの人々に愛されている香川県ブランド牛です。オリーブ牛に関わる総ての方々へ感謝し、より愛されるブランド牛であり続けることを目指します。

循環型農業から生まれた、全国初のオリーブ牛。
自然にも、人にもうれしい、新感覚のヘルシービーフです。

循環型農業への
取組み

オリーブの実を搾ると、油分の約75%がオリーブオイル、残り25%は搾り果実の中に残っています。それをオリーブ飼料にして牛に食べさせ肉質向上を図り、オリーブ飼料を食べた牛の堆肥は、オリーブ栽培の肥料として利用する取組みを試みています。健康な土づくりにより高品質な国産オリーブを栽培させるだけでなく「環境」・「牛」・「オリーブ」そして「人」にやさしい循環型農業を目指しています。

成人の日プレゼントに
オリーブ牛を贈ろう!

オリーブ牛生誕10周年
記念キャンペーン
冬の **オリーブ牛** フェア

専用応募ハガキにシールを貼って応募すると
抽選で「お肉のギフト券」をプレゼント!

1等 10,000円分 10名様
2等 3,000円分 100名様

2020年
11/16 月
12/28 月
[当日消印有効]

応募期間

※詳細は応募ハガキをご確認ください。