

# I. ソース SAUCES

## フォン、その他のストック

### LES FONDS DE CUISINE

本書は実際に厨房で働く料理人を対象としたものだが、まず最初に料理のベースをして仕込んでストックしておくもの<sup>1)</sup>について少々述べておきたい<sup>2)</sup>。我々料理人にとって重要なものだからだ。

ここで述べる料理のベースとして仕込んでストックしておくものは、実際、料理の土台そのものであり、それなしでは美味しい料理を作ることの出来ない、まず最初に必要なものだ。だからこそは料理のベースとして仕込んでおくストックはとても重要であり、いい仕事をしたいと努めている料理人ほどこれらを重視している。

これらは、料理において常に立ち戻るべき出発点となるものだが、料理人がいい仕事をしたいと望んでも、才能があっても、それだけでいいものを作ることは出来ない。料理のベースを作るにも材料が必要なのだ。だから、必要な材料は良質のものを自由に使えるようにしなければならない。

筆者としては、むやみな贅沢には反対だが、それと同じくらい、食材コストを抑え過ぎるのも良くないと考えている。そんなことをしては、伸びる筈の才能の芽を摘んでしまうばかりか、意識の高い料理人ならモチベーションの維持すら出来ないだろう。

どんなに優秀な料理人だって、無から何かを作り出すことは不可能だ。期待される結果に対して、素材の質が劣っていたり量が足りないことがあれば、それでも料理人にいい仕事をしろと要求するなど言語道断である。

料理のベースとして仕込んでおくストックに関するの重要ポイントは、必要な材料は質、量ともに充分に、惜しげもなく使えるようにすることだ。

ある調理現場で可能なことが、別の調理現場では不可能な場合があるのは言うまでもない。料

---

1) 本書での fonds の語は fond (基礎、土台)、fonds (資産、資本)、そして料理用語として一般に用いられているフォン、のトリプルミーニングになっている。そのまま「フォン」と訳したいところだが、日本語の場合「出汁」としての意味合いが強いため、ここでは英訳 (Basical culinary preparations) も参考に、分りやすさを重視してやや冗長に訳した。本文中では「料理のベースとなるもの」あるいは「料理のベースとして仕込んでおくもの」のように訳している。

2) この部分は経営者に向けた書き方がされているが、エスコフィエの時代以降、料理人がオーナーシェフとして経営に携わるケースが激増したことを考えると、その先見の明に驚かざるを得ない。

理人の仕事内容は顧客層によっても変わる。到達すべき目標によって手段も変わるということだ。

そういう意味で、何事も相対的なものであるとはいえ、こと料理のベースとして仕込んでストックすべきものに関しては絶対に外してはならないポイントがあるわけだ。組織のトップがこの点で出費を惜しんだり、コスト面で過度に目くじらを立てるようでは、美味しい料理なんて出来るわけがないのだから、現実には厨房を仕切っている料理長を批判する資格もない。そんなのが根拠のない言い掛かりなのは明らかだ。素材の質が悪かったり、量が足りないのであれば、料理長が素晴らしい料理を出せないのは言うまでもあるまい。ぶどうの搾りかすに水を加えて醗酵させた安ワインを立派な瓶に詰めてしまえば高級ワインになると思う程に馬鹿げたことはないのだ。

料理人は、必要なものを何でも使っていえばいいなら、料理のベースとして仕込んでおくストックにとりわけ力を入れるべきであり、文句のつけようのない出来になるよう気を使うべきだ。そこに手間隙かけていればそれだけ厨房全体の仕事がちきちんと進むのだから、注文を受けた料理をきちんと作れるかどうかは、結局のところ、料理のベースとなる仕込み類にどれだけ手間隙をかけるかというなのだ。

## 主要なフォン、その他のストック

### PRINCIPAUX FONDS DE CUISINE

料理のベースとして仕込んでおくべきものは主として.....

- ・ コンソメ・サンプルとコンソメ・ドゥーブル
- ・ 茶色いフォン、白いフォン、鶏のフォン、ジビエのフォン、魚のフォン.....これらはとろみを付けたジュ、基本ソースのベースになる
- ・ フュメ、エッセンス.....派生ソースに用いる
- ・ グラスドヴィアンド、鶏のグラス、ジビエのグラス
- ・ 茶色いルー、きつね色のルー、白いルー
- ・ 基本ソース.....エスパニョル、ヴルテ、ベシヤメル、トマト
- ・ 肉料理用ジュレ、魚料理用ジュレ  
以下も日常的に使う料理のベースとして仕込んでおくものとして扱う。
- ・ ミルポワ、マティニオン
- ・ クールブイヨン、肉および野菜用のブラン
- ・ マリナード、ソミュール
- ・ 肉料理用ファルス、魚料理用ファルス
- ・ ガルニチュールに用いるアパレイユ、等

本書は上記を順に説明していく構成にはなっていない。グリル、ロースト、グラタン等の調理技法についても順を追っていくわけではない。料理の種類ごとに一定の位置、つまりは関連の深い料理の章の冒頭において説明していくことになる。

そのようなわけで、本書においては以下のようなになる.....

- ・ フォン、フュメ、エッセンス、グラス、マリナード、ジュレの説明..... 第1章 ソース

- ・ コンソメおよびそのクラリフィエ、ポタージュの浮き実についての説明.....第3章 ポタージュ
- ・ ファルスとガルニチュール用アパレイユの作り方.....第2章ガルニチュール
- ・ クールブイヨン、魚料理用ファルス等.....第6章魚料理
- ・ グリル、ブレゼ、ポワレの調理理論.....第7章肉料理

## 基本ソース

### GRANDES SAUCES DE BASE

およびそこから派生させて組み合わせたり煮詰めて作る派生ソース  
温製および冷製ソース・アングレーズ、いろいろな冷製ソース、ミックスバター、マリナード、ジュレ

## 概説

ソースは料理においてもっとも主要な位置にある。フランス料理が世界に冠たるものであるのもひとえにソースの存在によるのだ。だから、ソースは出来るかぎり手間をかけ、細心の注意を払って作るようにしなければならない。

ソースを作るうえでその基礎となるのが何らかの「ジュ」である<sup>1)</sup>。すなわち、茶色いソースは「茶色いジュ」(エストウファード)から作る。ヴルテには「澄んだジュ(白いフォン<sup>2)</sup>)」を使う。ソースを担当する料理人はまず第一に、完璧なジュを作るところから始めなければならない。キュシー侯爵<sup>3)</sup>が言うように、ソース担当の料理人は「頭脳明晰な化学者でありかつ天才的なクリエーターで、卓越した料理という建造物のいわば大黒柱たる存在」なのだ。

昔のフランス料理<sup>4)</sup>では、素材に串を刺してあぶり焼きするローストを別にすれば、どんな料理も「ブレゼ」か「エチュヴエ<sup>かなめ</sup>」のようなものばかりだった。だが、その時代には既に、フォンが料理という大建築の丸天井の要だったし、材料コストが重視されるこんにちの我々と比べたら想像も出来ないくらい贅沢に材料を使ってフォンをとっていたのだ。実際、アンヌ・ドートリッシュ<sup>5)</sup>がスペインからルイ13世に嫁いだ際に随行してきたスペインの料理人たちによってフランス料理にルーを用いる方法が伝えられたが<sup>6)</sup>、当時はほとんど看過された。ジュそれ自体で充分だったからだ。ところが時代が下り、料理におけるコストの問題が重視されるようになった。ジュはその結果、貧相なものになってしまった。その美味しさを補うものとして、ルーを用いて作るソース・エスパニョルが欠くべからざる存在となった。

1) ここではジュといわゆるフォンが同じ意味で使われている。

2) 日本の調理現場で「白いフォン」を意味する「フォン・ブラン」は主として鶏のフォンを指すことが多いが、本書で扱われている白いフォンのうち標準的なものは仔牛肉、家禽類をベースとしており、鶏のフォンは別途説明されている。

3) 1767-1841。19世紀の著名な美食家。著書に『食卓の古典』(1843)がある。料理名にキュシーの名を冠したものも多い。

4) 本書において「昔の料理」と表現される場合は概ね17、18世紀末と考えていい。

5) 17世紀に絶対王政を確立したルイ14世の母。

6) このことについて典拠が示されていない。また逸話の域を出ないため、著者の思い込みという可能性も考えられる。

ソース・エスパニョルはその完成度の高さゆえに成功をおさめたわけだ。だが、すぐに当初の目的を越えた使い方をされるようになった。19世紀末には本当にこのソースが必要な場合以外にも使われたわけだ。ソース・エスパニョルの濫用によって、どんな料理も固有の香りのない、全部の風味の混ざりあったのっぺりとした調子のもものばかりになってしまった。

ようやく近年になって、料理の風味がどれも同じようなものであることに批判が集まってきて、その結果として激しい揺り戻しが起きたのだった。グランドキュイジーヌでは、透き通ったような薄い色合いでしかも風味のしっかりした仔牛のフォンが見直されつつある。そのようなわけで、ソース・エスパニョルそれ自体の重要性はだんだん減っていくだろうと思われる。

ソース・エスパニョルが基本ソースとして扱われるべき理由は何か？ ソース・エスパニョルそれ自体に固有の色合いや風味というものはなく、これらはどんなフォンを用いて作るかで決まる。まさにこの点にソース・エスパニョルの長所が存するのだ。補助材料としてルーを加えるが、ルーにはとろみを付けるとい意味しかなく、風味にはまったく寄与しない。そもそも、ソースを完璧に仕上げるためには、とろみ以外のルーに含まれる成分はソースからほぼ完全に切り除いてしまっても差し支えはない。不純物を丁寧に切り除いたソースにはルーに含まれていたでんぷん質だけが残っているわけだ。だから、ソースの口あたりを滑らかなものにするために必要なのがでんぷん質だけなら、純粋なでんぷんだけを用いる方がずっと簡単で、作業時間も大幅に短縮されるし、その結果として、ソースを火にかけ過ぎてしまうようなミスも防げる。将来的には、小麦粉ではなく純粋なでんぷんでルーを作るようになるかも知れない。

料理界の現状を鑑みるに、ソース・エスパニョルととろみを付けたジュをそれぞれ使い分けざるを得ない。これにはさまざまな理由があるが、大きな仕立てのブゼや、羊や仔羊以外を材料にしたラグーでは、肉汁が煮汁に染み出してきて美味しくなるわけだから、トマトを加えたソース・エスパニョルを用いるのがいい。なお、ソース・エスパニョルをさらに丁寧に仕上げるとソース・ドゥミグラスとなる。これはいろいろなソテーに不可欠なもので、今後も変わることはないだろう。

一方、牛や羊、家禽を使った繊細で軽い仕立ての料理にはとろみを付けたジュの方が好まれる。デグラセの際に少量だけ、料理の主素材と同じものからとったジュを用いる。

こんにちのフランス料理においては、肉とソースの調和がとれているべきという、まことに理に適った厳守すべき決まりがある。

だから、ジビエ料理にはジビエのフォンを用いるか、とりたてて際立った個性を持たないフォンを用いて作ったソースを添える。牛や羊のフォンは用いない。ジビエのフォンというのは、さほど濃厚なものを作ることには出来ないが、素材の個性的な風味を表現するには最適だ。こういった事情は魚料理にも当て嵌る。ソースそれ自体が際だった風味を持たないものの場合には必ず魚のフュメを加えてやるのだ。このようにしてそれぞれの料理に個性的な風味を実現させることになる。

もちろん、ここまで述べた原則を実現しようにも、コストの問題がしばしば起こることは承知している。けれども、熱意のある、他者の評価を意識している料理人なら問題点を熟考して、完璧とは言わぬまでも満足のいく結果を得ることが出来るだろう。

## ソース作りのベース

### TRAITEMENT DES ÉLÉMENTS DE BASE DANS LE TRAVAIL DES SAUCES

#### 茶色いフォン（エストウファード）

##### FONDS BRUN OU ESTOUFFADE

（仕上がり 10 L 分）

主素材.....牛すね 6 kg、仔牛のすね 6 kg または仔牛の端肉で脂身を含まないもの 6 kg、骨付きハムのすねの部分 1 本（前もって下茹でしておくこと）、塩漬けていない豚皮を下茹でしたもの 650 g。

香味素材.....にんじん 650 g、玉ねぎ 650 g、ブーケガルニ（パセリの枝 100 g、タイム 10 g、ローリエ 5 g、にんにく 1 片）。

作業手順.....肉を骨から外す。

骨は細かく砕き、オーブンに入れて軽く焼き色を付ける。野菜は焼き色が付くまで炒める。これらを鍋に入れて 14 L の水を注ぎ、ゆつくりと、最低 12 時間煮込む。水位が下がらぬように、適宜沸騰した湯を足すこと。

大きめのさいの目に切った牛すね肉を別鍋で焼き色が付くまで炒める。先に煮込んでいたフォンを少量加えて煮詰める。この作業を 2 ～3 回行ない、フォンの残りを注ぐ。

鍋を沸騰させて、浮いてくる泡を取り除く。浮き脂も丁寧に取り除く。蓋をして弱火で完全に火が通るまで煮込んだら、布で漉してストックしておく。

#### 【原注】

フォンの材料に牛の骨などが含まれている場合には、事前にその骨だけで 12～15 時間かけてとろ火でフォンをとるといい。

フォンの材料を鍋に焦げ付くくらいまで強く焼き色を付ける<sup>1)</sup>のはよろしくない。経験からいって、フを丁度いい色合いに仕上げるには、肉に含まれているオスマゾーム<sup>2)</sup>の働きだけで充分だ。

#### 白いフォン

##### FONDS BLANC ORDINAIRE

（仕上がり 10 L 分）

主素材.....仔牛のすね、および端肉 10 kg、鶏の手羽やとさか、足など、または鶏がら 4 羽分、

香味素材.....にんじん 800 g、玉ねぎ 400 g、ポワロー 300 g、セロリ 100 g、ブーケガルニ（パセリの枝 100 g、タイム 1 枝、ローリエの葉 1 枚、クローブ 4 本）。

使用する液体と味付け.....水 12 L、塩 60 g。

作業手順.....肉は骨を外し、紐で縛る。骨は細かく砕く。鍋に肉と骨を入れ、水を注ぎ塩を加える。火にかけ、浮いてくるアクを取り除き香味素材を加える。

加熱時間.....弱火で 3 時間。

1) パンセ pincer と呼ばれる手法。原義は「抓む」。材料が鍋底に張り付いて、トンクなどでしっかり「抓ま」ないと取れないくらい強く焼き付けることからそう呼ばれるようになった。古い料理書では推奨するものも多かった。

2) 19 世紀頃、赤身肉の美味しさの本質であると考えられていた想像上の物質。赤褐色をした窒素化合物の一種で水に溶ける性質があるとされた。なお、当時のヨーロッパではグルタミン酸はもとよりイノシン酸が「うま味」の要素であるという概念すらなく、「コクがある」corsé とか「肉汁たっぷり」onctueux や succulent などの表現で肉料理やソースの美味しさが表現された。

**【原注】**

このフォンは火加減を抑えて、出来るだけ澄んだ仕上がりにすること。アクや浮き脂は丁寧に取り除くこと。

茶色いフォンの場合と同様に、始めに細かく砕いた骨だけを煮てから指定量の水を注ぎ、弱火で5時間煮る方法もある。

この骨を煮た汁で肉を煮るわけだ。その作業内容は上記茶色いフォンの場合と同様。この方法は、骨からゼラチン質を完全に抽出出来るという利点がある。当然のことだが、煮ている間に蒸発して失われてしまった分は湯を足してやり、全体量を12Lにしてから肉を煮ること。

**鶏のフォン（フォンドヴォライユ）****FONDS DE VOLAILLE**

白いフォンと同じ主素材、香味素材、水の量で、さらに鶏のとさかや手羽、ガラを適宜増量し、廃鶏3羽を加えて作る。

**仔牛の茶色いフォン（仔牛の茶色いジュ）****FONDS, OU JUS DE VEAU BRUN**

（仕上がり10L分）

主素材.....骨を取り除いた仔牛のすね肉と肩肉（紐で縛っておく）6kg、細かく砕いた仔牛の骨5kg。

香味素材.....にんじん600g、玉ねぎ400g、パセリの枝100g、ローリエの葉2枚、タイム2枝。

使用する液体.....白いフォンまたは水12L。水を用いる場合は1Lあたり3gの塩を加える。

作業手順.....厚手の片手鍋または寸胴鍋の底

に輪切りにしたにんじんと玉ねぎを敷きつめる。その他の香味素材と、あらかじめオーブンで焼き色を付けておいた骨と肉を鍋に加える。

蓋をして約10分間シュエ<sup>1)</sup>する。フォンまたは水少量を加え、煮詰める。この作業をさらに1〜2回行なう。残りのフォンまたは水を注ぎ、蓋をし、沸騰させる。アクを丁寧に取り。微沸騰の状態で6時間煮る。

布で漉し、ストックしておく。使用目的や必要に応じて、さらに煮詰めてからストックしてもいい。

**ジビエのフォン****FONDS DE GIBIER**

（仕上がり5L分）

主素材.....ノロ鹿の頸、胸肉および端肉3kg（老いたノロ鹿がいいが、新鮮なものを使うこと）、野うさぎの端肉1kg、老うさぎ2羽、山うずら2羽、老きじ1羽。

香味素材.....にんじん250g、玉ねぎ250g、セージ1枝、ジュニパーベリー<sup>2)</sup>15粒、標準的なブーケガルニ。

使用する液体.....水6Lおよび白ワイン1瓶。

加熱時間.....3時間。

作業手順.....ジビエは事前にオーブンで焼き色を付けておき、野菜と香草を敷き詰めた鍋に入れる。野菜類も事前に焼き色を付けておくこと。ジビエを焼くのに用いた天板を白ワインでデグラセし、これを鍋に注ぐ。同量の水も加え、ほぼ水分がなくなるまで煮詰める。

この作業の後で、残りの水全量を注ぎ、沸騰させる。丁寧にアクを引きながらごく弱火で煮る<sup>3)</sup>。

1) 蓋をして弱火にかけた野菜から水分が汗をかくように出るイメージで蒸し焼き状態にし、素材の味を引き出すこと。

2) セイヨウネズの樹の実。

3) 最後に布で漉す必要があるが、当然のこととして明記されていないので注意。

## 魚のフォン（フュメドポワソン<sup>1)</sup>）

### FONDS, OU FUMET DE POISSON

（仕上がり 10 L 分）

主素材.....舌びらめ、メルラン<sup>2)</sup>やバルビュ<sup>3)</sup>のあら 10 kg。

香味素材.....薄切りにした玉ねぎ 500 g、パセリの根<sup>4)</sup>と茎 100 g、マッシュルームの切りくず 250 g、レモンの搾り汁 1 個分、粒こしょう 15 g（これは フュメを漉す 10 分前に投入する）。

使用する液体と調味料.....水 10 L、白ワイン 1 瓶。液体 1 L あたり 3〜4 g の 塩。

加熱時間.....30 分。

作業手順.....鍋底に香味野菜を敷き詰め、魚のあらを入れる。水と白ワインを注ぎ、強火にかける。丁寧にアクを引き、微沸騰の状態を保つようにする。30 分煮たら目の細かい網で漉す。

#### 【原注】

質の悪い白ワインを使うと灰色がかったフュメになってしまう。品質の疑わしいワインは使わないほうがいい。

このフュメはソースを作る際に加える液体として用いる。魚料理用ソース・エスパニョルを作ることを想定する場合には、魚のあらをバターでエチューベしてから水と白ワインを注いで煮るといい。

## 赤ワインを用いた魚のフォン

### FONDS DE POISSON AU VIN ROUGE

このフォンそれ自体を用意することは滅多にない。というのも、例えばマトロットのよう

な料理の魚の煮汁そのものだからだ。

とはいえ、こんにちでは魚のアラをすっきり取り除いた状態で料理を提供する必要があるがますます高まってきているので、ここでそのレシピを記しておくべきだろう。このフォンの必要性和有用さはどんどん高まっていくと思われる。

原則として、このフォンの仕込みには、料理として提供するのと同じ種類の魚のアラを用いて、その香りの特徴を生かす必要がある。だが、どんな種類の魚を使う場合でも作り方は同じだ。

（仕上がり 5 L 分）

主素材.....料理に用いるのと同じ魚種の頭とアラ 2.5 kg。

香味素材.....薄切りにして下茹でした玉ねぎ 300 g、パセリの枝 100 g、タイムの小枝 1 本、小さめのローリエの葉 2 枚、にんにく 5 片、マッシュルームの切りくず 100 g。

使用する液体と調味料.....水 3.5 L、良質の赤ワイン 2 L、塩 15 g。

加熱時間.....30 分。

作業手順.....「魚の白いフォン<sup>5)</sup>」と同様にする。

#### 【原注】

このフォンは魚の白いフォンよりも濃く煮詰めることが可能。とはいえ、保存のために煮詰めないでいいように、その都度、必要な量だけ仕込むことを勧める。

1) 本質的には前出の「フォン」と同様のものだが、魚（およびジビエ）を素材としたフォンは香りがポイントとなるため、フュメ fumet（香気、良い香りの意）の名称のほうが一般的に使われている。

2) タラの近縁種。

3) ヒラメの近縁種。

4) パセリには根がにんじん形に肥大する品種もある（persil tubéreux 根パセリ。葉は平らでイタリアンパセリのように使う）。

5) 前項のフュメドポワソンのこと。

1) タラの近縁種。



## 魚のエッセンス

### ESSENCE DE POISSON

主素材.....メルラン<sup>1)</sup>および舌びらめの頭、アラ 2 kg。

香味素材.....薄切りにした玉ねぎ 125 g、マッシュルームの切りくず 300 g、パセリの枝 50 g、レモンの搾り汁 1 個分。

使用する液体.....煮詰めていないフュメドボワソン 1½ L、良質の白ワイン 3dl。

所要時間.....45 分。

作業手順.....鍋にバター 100 g と玉ねぎ、パセリの枝、マッシュルームの切りくずを入れ、強火で色づかないようさっと炒める。蓋をして約 15 分弱火で蒸し煮する<sup>2)</sup>。その間、小まめに混ぜてやること。白ワインを注ぎ、半量になるまで煮詰める。最後にフュメドボワソンを注ぎ、レモン汁と塩 2 g を加える。

再び火にかけて、とろ火で 15 分程煮込んだら、布で漉す。

#### 【原注】

魚のエッセンスは、舌びらめやチュルボ、チュルボタン、バルビュ<sup>3)</sup>などのフィレ<sup>4)</sup>をポシェする際に用いる。

さらに、このエッセンスを煮詰めて、上記でポシェした魚のソースに加えて風味を強くするのに使う。

## エッセンスについて

### ESSENCES DIVERSES

その名のとおり、エッセンスとはごく少量になるまで煮詰めて非常に強い風味を持たせたフォンのこと。

エッセンスは普通のフォンと本質的には同じものだが、素材の風味をしっかり出すため

に、使用する液体の量はずっと少ない。したがって、仕上げにエッセンスを加える指示がある料理の場合でも、そもそも十分に風味ゆたかなフォンを用いていれば、エッセンスは必要ないことが分かるだろう。

まず最初に、美味しく風味ゆたかなフォンを用いるほうが、あまり出来のよくないフォンで調理し、後からエッセンスで欠点を補うよりもずっと簡単なのだ。その方がいい結果が得られるし、時間と材料の節約にもなる。

セロリ、マッシュルーム、モリユ<sup>5)</sup>、トリュフなど、とりわけ明確な風味の素材のエッセンスを、必要に応じて用いるにとどめるのがいい。

また、十中八九、フォンを仕込む際に素材そのものを加えた方が、エッセンスを仕込むよりもいい結果が得られることは頭に入れておくこと。

そのようなわけで、エッセンスについてこれ以上長々と述べる必要もないと思われる。ベースとなるフォンがコクと風味がゆたかなものならであるなら、エッセンスはまったく無用の長物と言える。

## グラスについて

### GLACES DIVERSES

グラスドヴィアンド、鶏のグラス (グラスドヴォライユ)、ジビエのジビエ、魚のグラスの用途は多岐にわたる。これらは、上記いずれかの素材でとったフォンをシロップ状になるまで煮詰めたもののことだ。

これらの使い途は、料理の仕上げに表面に塗ってしっとりとした艶を出させるのに用いる場合もあれば、ソースの味を色合いを濃く

2) 素材を入れた鍋に蓋をして弱火にかけ、少量の水分で蒸し煮状態にすることを *étuver* エチュベという。このフランス語をそのまま用いている調理現場も少なくない。

3) いずれも鰯、ひらめの近縁種。チュルボタンはチュルボの小さいものを言う。

4) 3 枚おろし、または 5 枚おろしにして、頭とアラを取り除いた状態。

5) *morille* キノコの一種。和名アマガサタケ。



するために用いたり、あるいは、あまりに出来のよくないフォンで作った料理の場合にはコクを与えるために使うこともある。また、料理によっては適量のバターやクリームを加えてグラスそのものをソースとして用いることもある。

グラスとエッセンスの違いだが、エッセンスが料理の風味そのものを強くすることだけが目的であるのに対して、グラスは素材の持つコクと風味をごく少量にまで濃縮したものだ。

だからほとんどの場合、エッセンスよりもグラスを使うほうがいい。

とはいえ昔の料理長たちの中には、グラスの使用を絶対に認めない者もいた。その理由は、料理を作る度に毎回その料理のためのフォンをとるべきであり、それだけで料理として充分なものにすべき、ということだった。

確かに時間と費用の点で制限がなければその理屈は正しい。だが、こんにちでは、そのようなことの出来る調理現場はほとんどない。そもそもグラスは、正しく適量を用いるのであれば、そのグラスが丁寧に作られたものであるなら、素晴らしい結果が得られる。だから多くの場合、グラスはまことに有用なものと言える。

## グラストヴィアンド

### GLACE DE VIANDE

茶色いフォン（エスْتُーファード）を煮詰めて作る。

煮詰めて濃くなっていく途中、何度か布で漉して、より小さな鍋に移しかえていく。煮詰めている際に、丁寧にアクを引くことが、澄んだグラスを作るポイント。

煮詰めている際には、フォンの濃縮具合に応じて、火加減を弱めていくこと。最初は強火でいいが、作業の最後の方は弱火にしてゆっくり煮詰めてやること。

スプーンを入れてみて、引き上げた際に、艶のあるグラスの層でスプーンが覆われ、しっかり張り付いているくらいが丁度いい。要するに、スプーンがグラスでコーティングされた状態になればいいということだ。

### 【原注】

色が薄くて軽い仕上りのグラスが必要な場合には、茶色いフォンではなく、標準的な仔牛のフォンを用いる。

## 鶏のグラス（グラスドヴォライユ）

### GLACE DE VOLAILLE

鶏のフォン（フォンドヴォライユ）を用いて、グラスドヴィアンドと同様にして作る。

## ジビエのグラス

### GLACE DE GIBIER

ジビエのフォンを煮詰めて作る。ある特定のジビエの風味を生かしたグラスを作るには、そのジビエだけでとったフォンを用いること。

## 魚のグラス

### GLACE DE POISSON

このグラスを用いることはあまり多くない。日常的な業務においては「魚のエッセンス」を用いることが好まれる。そのほうが魚の風味も繊細ある。魚のエッセンスで魚をポシェした後に煮詰めてソースに加える。

## ルー

### Roux

ルーはいろいろな派生ソースのベースとなる基本ソースにとろみを付ける役目を持つ。ルーの仕込みは、一見したところさほど重要に思われぬだろうが、実際には正反対だ。丁寧に注意深く作業すること。

茶色いルーは加熱に時間がかかるので、大規模な調理現場では前もって仕込んでおく。きつね色のルーと白いルーはその都度用意すればいい。

#### 茶色いルー

##### ROUX BRUN

(仕上がり 1 kg 分)

1. 澄ましバター.....500 g
2. ふるった小麦粉.....600 g

#### ルーの火入れについて

加熱時間は使用する熱源の強さで変わってくる。だから数字で何分とは言えない。ただし、火力が強過ぎるよりは弱いくらいの方がいいでしょう。というのも、温度が高すぎると小麦粉の細胞が硬化して中身を閉じ込めてしまい、そうすると後でフォンなどの液体を加えた際に上手く混ざらず、滑らかなとろみの付いたソースにならない。乾燥豆をいきなり熱湯で茹でると同じようなことが起きるわけだ。低い温度から始めてだんだんと熱くしていけば、小麦粉の細胞壁がゆるんで細胞中のでんぷんが膨張し、熱によって発酵状態の初期のようになります。このようにして、でん

ぷんをデキストリンに変化させる<sup>1)</sup>。デキストリンは水溶性の物質で、これが「とろみ」の主な要素なのだ。茶色いルーは淡褐色の美しい色合いで滑らかな仕上りにする。だまがあってはいけない。

ルーを作る際には必ず、澄ましバターを使うこと<sup>2)</sup>。生のバターには相当量のカゼインが含まれている。カゼインがあると火を均質に通すことが出来なくなってしまう。とはいえ、以下のことを覚えておくといい。ソースとして仕上げた段階で、ルーで使ったバターは風味という点ではほとんど意味が失なわれている。そもそもソースの仕上げに不純物を取り除く<sup>3)</sup>段階でバターも完全に取り除かれてしまうわけだ。だからルーに用いるバターは小麦粉に熱を通すためだけのものと考えていい。

ルーはソース作りの出発点だ。だから次の点も記憶に留めること。小麦粉にでんぷんが含まれているからこそソースに「とろみ」が付く。だから純粋なでんぷん（特性が小麦のでん

1) 現代の科学的見地からすると必ずしも正確な記述ではないので注意。

2) 初版では「澄ましバターまたは十分に澄ましたグレスドマルミット (コンソメ等を作る際に浮いてくる脂を集めて澄ませたもの)」となっている。なお、同時代の料理書 — 例えばペラブラ『近代料理技術』(1935 年) — には、ルーを作るのにバターを使う必要はなく、グレスドマルミットで充分、としているものもある。

3) *dépouiller* デプイエ。ソースや煮込み料理を仕上げる際に、浮き上がってくる不純物を徹底的に取り除き、目の細かい布などで漉すこと。現代では品種改良や農法の変化によって野菜のアクも少なくなり、小麦粉も精製度の高いものを利用出来るなど、食材および調味料の多くで純度の高いものを使用する場合はほとんどであり、このデプイエという作業は 20 世紀後半にはほとんど行われなくなった。

ぷんと同じでも異なったものでも）でルーを作っても、小麦粉の場合と同様の結果が得られるだろう。ただしその場合は小麦粉でルーを作る場合より注意して作業する必要がある。また、小麦粉と違って余計な物質が含まれていないために、全体の分量比率を考え直すことになる。

#### 【原注】

本文で述べたように、茶色いルーを作る際には澄ましバターを用いる。他の動物性油脂はよほど経済的事情が逼迫していない限り使わないこと。材料コストが問題になる場合でも、ソースの仕上げに不純物を取り除く際に多少の注意を払えば、ルーに用いたバターを回収するのはさして難しいことではない。そ

れを後で他の用途で使えばいいだろう。

### きつね色のルー

#### ROUX BLOND

（仕上がり 1 kg 分）

材料の比率は茶色いルーと同じ。すなわちバター 500 g と、ふるった小麦粉 600 g。

火入れは、ルーがほんのりきつね色になるまで、ごく弱火で行なう。

### 白いルー

#### ROUX BLANC

500 g のバターと、ふるった小麦粉 600 g。

このルーの火入れは数分、つまり粉っぽさがなくなるまでの時間でいい。



# 索引

essence  
 — de poisson, 8  
 essences diverses (fonds), 8  
 estouffade  
 (fonds brun), 5  
 fonds, 1  
 estouffade (fonds brun, 5  
 — blanc ordinaire, 5  
 — brun, 5  
 — de gibier, 6  
 — de poisson au vin rouge, 7  
 — de veau brun, 6  
 — de volaille, 6  
 fumet de poisson, 7  
 fumet  
 — de poisson, 7  
 gibier  
 fonds de —, 6  
 glace de —, 9  
 glace  
 — de gibier, 9  
 — de poisson, 9  
 — de viande, 9  
 — de volaille, 9  
 —s diverses, 8  
 jus  
 — de veau brun, 6

roux, 10  
 cuisson du —, 10  
 — blanc, 11  
 — blond, 11  
 — brun, 10  
 sauce  
 Grandes —s de base, 3  
 Traitement des Éléments de  
 Base dans le Travail des —s,  
 5  
 veau  
 fonds ou jus de — brun, 6  
 エストゥファード, 5  
 エッセンス  
 —について (フォン), 8  
 魚の—, 8  
 グラス  
 —ドヴィアンド, 9  
 —について, 8  
 魚の—, 9  
 ジビエの—, 9  
 鶏の— (グラスドヴォライユ),  
 9  
 仔牛  
 —の茶色いフォン (ジュ), 6

ジビエ  
 —のグラス, 9  
 —のフォン, 6  
 ジュ  
 仔牛の茶色い—, 6  
 ソース  
 基本—, 3  
 —作りのベース, 5  
 フォン, 1  
 赤ワインを用いた魚の—, 7  
 仔牛の茶色い—, 6  
 魚の—, 7  
 ジビエの—, 6  
 白い—, 5  
 茶色い—, 5  
 鶏の—, 6  
 フュメ  
 魚の—, 7  
 フュメドボワソン, 7  
 ルー, 10  
 ぎつね色の—, 11  
 白い—, 11  
 茶色い—, 10  
 る—のひいれについて  
 —の火入れについて, 10