

やまなしジビエ料理コンテスト 応募用紙

ふりがな	やまがた むつみ	北杜市
氏名	山縣 睦	
料理名	鹿肉のオムライス	
材料(4人分)	<p>やまなしジビエ 300g</p> <p>○ジビエライス</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・白米 600g</li> <li>・鹿肉 200g</li> <li>・ケチャップ 250g</li> <li>・コンソメ 20g</li> <li>・塩コショウ 少量</li> <li>・パセリ 少量</li> </ul> <p>○ソース</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・鹿肉 100g</li> <li>・トマト 30g</li> <li>・にんにく 10g</li> <li>・黒コショウ 少量</li> <li>・八丁味噌 30g</li> <li>・みりん 30g</li> <li>・しょうゆ 10g</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>・卵 480g</li> <li>・牛乳 120g</li> <li>・バター 16g</li> <li>・赤ワイン 30g</li> </ul>	
作り方	<p>○下準備</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・鹿肉を水とともに圧力鍋でやわらかくなるまで圧力をかける。その後冷やし5cm角に切り分ける</li> </ul> <p>○ソース</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・鹿肉の面を全て焼いたのち、トマト、にんにくを入れ炒める。黒コショウ、赤ワイン、水を入れ煮こむ。アクをすくいオープンに入れ加熱。肉をひきあげ汁をミキサーにかけ、肉を戻しバターを入れ、ツヤがでるまで加熱する。</li> </ul> <p>○ジビエライス</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・フライパンにバターを入れ鹿肉を塩コショウで炒める。</li> <li>・火が通ったら白米を入れ、ケチャップ、コンソメで味を整える。</li> </ul> <p>○卵</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・卵、牛乳を混ぜ合わせる。フライパンにバターを入れ焼く</li> </ul>	
アピールポイント	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもでも食べやすいようなシンプルなオムライス</li> <li>・卵でライスを全てかくし、食べる驚きを楽しんでもらう</li> <li>・味つけでも聞きなれない物は使わずに、一般家庭にあるものを。</li> </ul>	
所要時間	60分	材料費 2,300 円



「やまなしジビエ料理コンテスト」募集要項を熟読・理解の上応募します。  
 ( ↑ チェックを入れてください。)

応募・問合せ先  
 〒400-8501 山梨県甲府市丸の内1-6-1 山梨県農政部販売・輸出支援課 国内販売支援担当  
 電話番号(直通) 055-223-1603 (FAX)055-223-1599 電子メール nou-han@pref.yamanashi.lg.jp