


やまなしジビエ料理コンテスト 応募用紙

ふりがな	あおき ことみ	しんどう ゆうと	長野県 茅野市
氏名	青木 琴美	進藤 優斗	
料理名	まぐま 鹿肉の溶岩たん		
材料(4人分)	やまなしジビエ 240g 玉ねぎ・・・100g トマト缶・・・150g トマト缶の汁・・・50g キムチ・・・50g 無塩バター・・・20g	薄力粉・・・30g 牛乳・・・300g ヨーグルト・・・20g コンソメ・・・3.4g こしょう・・・少々 コチュジャン・・・40g	
作り方	<p>下準備</p> <p>①鹿肉と料理酒に漬け込み、塩、こしょうを振る。</p> <p>～フェットチーネ～</p> <p>①ボールに強力粉、オリーブオイル、卵、塩を入れてヘラで底から切り混ぜる。</p> <p>②ボソボソしたら周りの粉をまき込みながら、押しまとめる。※水を少し加えても○</p> <p>③板に打ち粉(強力粉)をして手の平でよくこねる。耳たぶくらいの固さに調整する。</p> <p>④ラップに包んで15分以上休ませる。</p> <p>⑤打ち粉をして手の平で板に押しつける。めん棒で十字にのばす。</p> <p>⑥1～2mmくらいの厚さにしたら麺に打ち粉する。3つ折りにして6mmくらいに切る。</p> <p>①玉ねぎは薄切りにする。トマト缶を1口大に切る。鹿肉も1口大に切る。</p> <p>②フライパンにサラダ油を熱し、鹿肉、玉ねぎを入れ色が変わるまで中火で炒める。</p> <p>③トマト缶を加えて炒め合わせる。(汁は入れない)こしょうを振って全体を炒める。</p> <p>④耐熱ボウルにバターを入れてラップをせずに600Wのレンジで15秒加熱し、混ぜて溶かし薄力粉を加えて混ぜ、ヨーグルトを加える。</p> <p>⑤牛乳を少しずつ加え、なめらかになるまでその都度混ぜる。その後、トマト缶の汁を加える。</p> <p>⑥ふんわりとラップをし、600Wのレンジでさらに1分加熱し取り出して混ぜる。コチュジャンを加え少し混ぜ再び1分半加熱してコンソメ、こしょうを加えて混ぜる。</p> <p>⑦鍋に湯をわかし、フェットチーネをゆでる。</p> <p>⑧ゆでたフェットチーネを耐熱皿に盛り、その上に炒めた鹿肉(③)、キムチをのせ、上から⑥のソースをかける。さらにピザ用チーズをのせ、オーブンで10～12分ほど加熱する。上からラー油をお好みでかける。</p>		
アピールポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・鹿肉を料理酒につけ臭みを消す。 ・キムチやコチュジャンを入れることにより、味のアクセントになるようにした。 ・グラタンは白のイメージがあるので、赤色の食材を取り入れマグマをイメージした。 ・鹿肉の臭みをよりなくするため、トマト、玉ねぎの甘みを加えた。 		
所要時間	90分	材料費	2,000 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