やまなしジビエ料理コンテスト　応募用紙

ふりがな　まつもと　ひろこ 氏名　**松本　浩子**	神奈川県 横浜市

料理名

やまなしジビエビリアニ

材料（4人分）
①やまなしジビエ　500g、塩、ヨーグルト、ホールトマト、
　フライドオニオン（玉ねぎ1/2個、綿実油）
②チリ、ターメリック、コリアンダー、クミン、シナモン、胡椒、グローブ、カルダモン、
　メースリーフ、綿実油
③にんにく10g、生姜30g
④バスマティライス 300g、水 2L、ゲランドの粗塩 30g
⑤ヨーグルト 200g、赤玉ねぎ 1/2個、青唐辛子（冷凍）2～3本、塩 4g、水 80cc
⑥パクチー1束

作り方

①マリネを作る：ジビエは1口大に切り、上記①と下記②で作ったオリジナルマサラと混ぜて1時間置く。

②オリジナルマサラを作る：上記②の材料を弱火で炒める。香りが強くなったら1分炒めて、下記③を加え
中火で3分炒める。半分を取り出し、残りを20分弱火で炒める。火を止めて、
取り出した半分を戻す。

③GGPを作る：上記③をすって混ぜる。

④バスマティライスを炊く：ライスに水を加え30分浸水させる。水2Lにゲランドの粗塩を入れて沸騰させる。
沸騰した湯に水を切ったライスを入れ強火で5分再沸騰したら、米が踊る程度に
火を弱める。

仕上げ：5分ゆでたライスを①の上に4回に分けてふんわりかけて広げる。ピッタリふたをして弱火で35分炊く

⑤ライタを作る：赤玉ねぎ青唐子を細くきざむ。上記⑤の材料すべて混ぜる。

⑥皿に盛る：ビリアニを皿に盛り、切ざんだパクチーを上にかける。

アピールポイント

オリジナルマサラが手作りなので、香りが楽しめる。
皆なでワイワイ楽しめる料理です。
鹿肉には生姜が合うと思い、生姜多めに入れました。

所要時間　180分 オリジナルマサラでマリネを作るので、60分の加算をお願いします。	材料費　円 コマギレ 500g　約1,500円 バスマティライス 300g　約300円 ゲランドの粗塩 30g　他 全体で　約3,000円程度

☑ 「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