やまなしジビエ料理コンテスト　応募用紙

ふ り が な　しゅうどう なほみ 氏名　集堂　奈穂美	甲府市

料理名

鹿肉のセロリ合え　～ほうとうトッピング～

材料(4人分)

鹿ロース薄切り肉	140ｇ
セロリ	100ｇ
小松菜	80ｇ
パプリカ赤	20ｇ
ほうとう麺	60ｇ
にんにく	4ｇ
サラダ油	適量

A（醤油、酒、酢　各大さじ2、砂糖　小さじ1、わさび、
塩、粉山椒　少々）

作り方

1. 肉は細く切り、おろしたにんにくをまぶして油少々を敷いたフライパンで焼き、冷ます。
2. ほうとうは、幅1.5ｃｍに切り、油を敷いたフライパンでこんがりと炒める。
3. セロリは筋を取り、４ｃｍの長さの細切りに、小松菜は茹でて４ｃｍの長さに切る。
   パプリカは細く切る。Aを合わせておく。
4. Aに1,3を合わせる。器に盛り、2をトッピングする。

アピールポイント

・ご家庭で簡単にできるお料理です。
・鹿肉をさっぱりとお年寄りでも召し上がれます。
・お子様にはわさび、山椒を抜いてどうぞ。
・山梨のほうとうを揚げると香ばしく、混ぜながら頂くとポリポリと楽しい食感です。

所要時間　20　分	材料費　約720　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