

やまなしジビエ料理コンテスト 応募用紙

ふりがな	たなか やすひと	東京都 中央区
氏名	田中 祥人	

料理名

月鹿(TSUKIKA)そばろうどん ~おまし風~



材料(4人分)

【そばろ】	【具材(きんぴら)】	【具材(その他)】	【うどん】
やまなしジビエ 200g	れんこん 1片	水菜 1株	中力粉 400g
生姜 15g	にんじん 1/2本	卵(黄身) 4個	塩 20g
醤油 20cc	ごぼう 1本	めんつゆ お好みで	水 150-180cc
砂糖 15cc	醤油 20cc		
ごま油 5cc	みりん 15cc		
	さとう 10cc		
	いりごま 1つまみ		
	ごま油 少々		

作り方

【そばろ】

- ①ボウルにすりおろした生姜、醤油、砂糖、ごま油を入れ、やまなしジビエのミンチ肉(今回はモモ肉をミンサーでミンチに加工)を加えて、揉み込む。
- ② ①にラップを掛け、冷蔵庫で1時間置く。

【具(きんぴら)】

- ①れんこんは薄切り、にんじんは千切り、ごぼうはさがきにする。
- ②フライパンにごま油をひき、れんこん、にんじん、ごぼうを炒める。
- ③具材に火が通ったら醤油、みりん、砂糖を加えて、水分が飛ぶまで火にかける。
- ④ ③にいりごまを加えて混ぜる。

【うどん】

- ①水に塩を溶かして塩水を作る。
- ②ボウルに中力粉を入れ、①の塩水を加えてよく捏ねる。
- ③1つにまとまったら、袋を二重にして足で踏むなど20分以上さらにこねる。
- ④冷蔵庫で約30分寝かせる。
- ⑤製麺機(小野式製麺機を利用)で、製麺する。
- ⑥⑤を沸騰した水に入れ茹でる(太さによるが3-5分程度)。
- ⑦茹で上がったら、ざるにあげ水でしめる。

【盛りつけ】

- ①器にうどん、きんぴら、水菜を盛り付け、最後に卵の黄身を乗せる。
- ②よく混ぜて食べる。お好みでめんつゆをかけてもOK。

アピールポイント

- ・鹿肉には生姜を加え臭みを消し、味を薄めにつけ、最後に各自がめんつゆで調整することで誰でも食べやすい味に。
- ・うどんは山梨で伝統的に使われてきた製麺機(小林式製麺機を利用)。この製麺機は、新しいものは製造されていないが、現存する古いもの(ヤフオクなどで売られている)をレストアして使っている。山梨県内で改めてこの文化を広めることで、製麺文化は継承していきたい。飲食店で提供する場合はもちろん既製品で可。
- ・「おまし」は、山梨県東部(大月市、上野原市周辺)で食べられてきた伝統的な麺料理。かけうどんに、きんぴら等おせち料理などの余りを乗せて食べる。今回は、それに鹿肉を合わせ、釜玉うどん風にアレンジしたもの。

所要時間	材料費	円
30分(うどん打ちの時間、鹿肉の漬け込みの時間(60分)を含まない)	1人前(1杯)で約150円(うち、やまなしジビエ(ミンチ)が100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