


やまなしジビエ料理コンテスト 応募用紙

ふりがな せきど はるな	
氏名 関戸 葉瑠奈	都留市
料理名 ジビエの炊き込みごはん	
材料(4人分) やまなしジビエ 160 g(もも肉) 精白米 360 g      しょうが 40 g にんじん 120 g      大葉 2 g まいたけ 40 g ぶなしめじ 40 g えのきたけ 40 g 油揚げ 10 g 薄口醤油 16 g 酒 12 g 本みりん 16 g 塩 4 g だし汁 200 cc (だし 2.5g) 茹で水 適量	
作り方 1 ジビエはスライスに切り、しょうがとたっぷりの茹で水で下茹でする。 2 ジビエが柔らかくなったらジビエとしょうがを取り出す。 3 ジビエは細切れ、しょうがは細かく刻む。 4 3を薄口醤油、酒、本みりん、塩、だし汁で味をしっかりとつける。 5 にんじんは千切り、油揚げは短冊切り、まいたけ、ぶなしめじ、えのきたけは食べやすい大きさに切る。 6 大葉は千切りにする。 7 3と4を炊飯器で炊く。(水は504mL) 8 炊きあがったら大葉をのせる。	
アピールポイント ・鹿肉をしょうがと一緒に下茹でし、鹿肉の独特の臭みを抑えた。 ・秋っぽい雰囲気を出すために、きのこ類を多く入れた。	
所要時間 60 分	材料費 1,000 ~ 1,600 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