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

鹿肉団子とみみの味噌ソース

材料(4人分)

中力粉	200ｇ	干し葡萄	20ｇ
水	90ｇ	生姜	10ｇ
鹿ひき肉（又はコマ肉）	280ｇ		
溶き玉子	35ｇ		
パン粉	20ｇ		
牛乳	10ｇ		
玉ねぎ	60ｇ		

おくら	4本
ミニトマト	8個
小ねぎ	少々

酒	大さじ1、片栗粉　大さじ2
塩	少々
サラダ油	適量
中力粉（打ち粉用）	適量
薄力粉	適量

B（バター　30ｇ、おろしにんにく　5ｇ）
C（味噌（甲府の五味醤油やまご味噌)大さじ6、酒　120ｃｃ，砂糖　大さじ6、
　水　180ｃｃ，、おろし生姜　4ｇ）

作り方

1. 中力粉に水を入れてよくこねて、30分置く。
2. 鹿肉は塩少々を入れこねる。パン粉は牛乳と混ぜる。玉ねぎはみじん切りにして片栗粉まぶす。
   肉に溶き玉子、みじん切りした干し葡萄、酒、パン粉、玉ねぎを入れて混ぜ、16個の丸い団子にして
   小麦粉をまぶす。
3. 2を油で揚げる。
4. 1を薄く伸ばして、5ｃｍ角の正方形に切り16個作る。端をつまみ、みみの形にしてから熱湯で5分程
   茹でる。
5. Bを鍋に入れて加熱し、Cを入れてよく加熱し、ソースを作る。
6. 皿に、ソース、4のみみ、みみの上に3の肉団子を乗せみじん切りした小ねぎを乗せる。
7. さっと茹でたおくらを切り中央に盛り、ミニトマトで飾る。

アピールポイント

・ご家庭にある材料で簡単にできるお料理です。
・山梨名物「みみ」を洋風なお皿でアレンジしました。みみの生地と鹿肉の肉団子を一緒にお召し上がり
　下さい。
・つるりとした食感と鹿肉、ほうとうを思わせる味噌ソースが絶妙なバランスでほっとする一品です。
・干しぶどうがほんのり甘さを感じ、お子様でも食べやすいお味です。
・鹿ひき肉がない場合は、コマ肉を細かく切って下さい。

所要時間60　　分	材料費　約800　　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