

やまなしジビエ料理コンテスト 応募用紙

ふりがな さかた あつひと	東京都 国立市	
氏名 坂田 惇人		
料理名 甲斐の鹿 ほうとうラザニア		
材料(4人分) やまなしジビエ 160g 玉ねぎ 80g にんじん 40g 舞茸 40g かぼちゃ 160g 長ネギ 40g ニンニク1片		ほうとう 140g ほんだし 小さじ2 下味 にんにく1片 卵 1個 醤油 大さじ 1/2
	赤ワイン 100ml 水 1L 米みそ 30g 赤だし 30g モッツアレラチーズ 120g 粉チーズ(パルメザン) 40g	ホワイトソース 牛乳 600ml バター 40g 薄力粉 40g
<p>作り方</p> <p>鹿肉を一口大にカットして下味をつけ、20分ほどおく フライパンに油をしき、火をつけて鹿肉の表面に 焼き色をつける 色がついたら火から外しておいておく</p> <p>野菜をカットする 玉ねぎは小さめのくし切り、にんじんは薄切り、ネギは 斜め切り、かぼちゃは一口大にカット、にんにくは みじん切り、舞茸は手でほぐす</p> <p>フライパンでにんじんと玉ねぎとにんにくを入れ、中火で 炒める、塩をして少し水分を飛ばす 炒まったら赤ワインを入れ、液体が半分になるほど 煮詰めたら水、ほんだしをいれて強火にして沸かす、 ほうとう、かぼちゃを入れたら、ネギ、舞茸、味噌、 赤だしを入れて、水分が4分の1ほどになるまで 煮詰めたら肉を入れて仕上げる。</p> <p>ホワイトソースを作る バターを火にかけて溶けたら薄力粉を入れ、 粉気が無くなるまで火にかける 牛乳を数回に分けていれ、艶が出るまで炊く</p> <p>耐熱容器に出来上がったほうとう、ホワイトソース、 モッツアレラチーズ、粉チーズを順に盛り、200度の オーブンで5～10分加熱する</p> <p>お好みで七味をかけてお召し上がりください</p>		
<p>アピールポイント</p> <p>自分は山梨ジビエコンテストに参加するにあたって山梨での思い出の深い食べ物を考えてみました。 その時に真っ先に思いついたものがほうとうです。自分が山梨で食べたほうとうにはかぼちゃを筆頭とした野菜や 根菜がたっぷり入っており、美味しくてとても印象に残っていました。その体験を今回のコンテストで活かしたいと 思い、このレシピを考えました。鹿肉を美味しく柔らかく食べるために下味に卵を使い、加熱時間も短くすることで 加熱する際にパサパサになるのを防ぎ、しっとりまろやかな仕上がりになっています。また、味噌とチーズの 旨味成分であるアミノ酸により、鹿肉の旨味をさらに引き出しました。 赤ワインを入れることにより重厚な味わいのラザニアに酸味と香りのアクセントをつけることで、食べ飽きることの ない調和した味わいになっています。</p>		
所要時間 90分	材料費	1,200 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