

## 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					
氏名 <b>田中 祥人</b>	<b>東京都 中央区</b>				
<b>料理名</b> <b>彩り野菜の鹿カツピザ</b>					
<div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 65%;"> <p>材料(4人分)</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="width: 25%; vertical-align: top;"> <b>【カツ】</b>                      やまなしジビエ 100g                      ヨーグルト 10g                      塩コショウ 少々                      卵 1個                      薄力粉 少々                      パン粉 少々                 </td> <td style="width: 25%; vertical-align: top;"> <b>【具材】</b>                      チーズ 100g                      ナス 1/3個                      しめじ 1/2株                      ピーマン 1個                      パプリカ 1/4個                 </td> <td style="width: 25%; vertical-align: top;"> <b>【ソース】</b>                      カットマト 1/4缶                      ニンニク 1/4片                      ベーコン 20g                      玉ねぎ 1/4個                      塩コショウ 少々                      固形コンソメ 1/4個                 </td> <td style="width: 25%; vertical-align: top;"> <b>【生地】</b>                      強力粉 100g                      薄力粉 40g                      水 60cc                      砂糖 5cc                      塩 5cc                      ドライイースト 3g                 </td> </tr> </table> </div> <div style="width: 30%; text-align: center;">  </div> </div>		<b>【カツ】</b> やまなしジビエ 100g ヨーグルト 10g 塩コショウ 少々 卵 1個 薄力粉 少々 パン粉 少々	<b>【具材】</b> チーズ 100g ナス 1/3個 しめじ 1/2株 ピーマン 1個 パプリカ 1/4個	<b>【ソース】</b> カットマト 1/4缶 ニンニク 1/4片 ベーコン 20g 玉ねぎ 1/4個 塩コショウ 少々 固形コンソメ 1/4個	<b>【生地】</b> 強力粉 100g 薄力粉 40g 水 60cc 砂糖 5cc 塩 5cc ドライイースト 3g
<b>【カツ】</b> やまなしジビエ 100g ヨーグルト 10g 塩コショウ 少々 卵 1個 薄力粉 少々 パン粉 少々	<b>【具材】</b> チーズ 100g ナス 1/3個 しめじ 1/2株 ピーマン 1個 パプリカ 1/4個	<b>【ソース】</b> カットマト 1/4缶 ニンニク 1/4片 ベーコン 20g 玉ねぎ 1/4個 塩コショウ 少々 固形コンソメ 1/4個	<b>【生地】</b> 強力粉 100g 薄力粉 40g 水 60cc 砂糖 5cc 塩 5cc ドライイースト 3g		
<b>作り方</b> <b>【カツ】</b> ①やまなしジビエ(ロース)を1口サイズにカット。 ②ヨーグルトに漬け込み、冷蔵庫で約1時間置く。 ③キッチンペーパーでヨーグルトを拭き取り、軽く塩コショウを振り、薄力粉、卵、パン粉をつけて揚げる。  <b>【ソース】</b> ①オリーブオイルをひいたフライパンにみじん切りにしたニンニクをいれ、弱火で香りを出す。 ②フライパンにみじん切りにしたベーコン、玉ねぎを入れてよく炒める。 ③玉ねぎがしんなりしたら、カットマト、塩コショウ、固形コンソメを加え、20分ほど加熱する。	<b>【生地】</b> ①ドライイーストに砂糖、ぬるま湯を加えて置く。5-15分くらいで2-3倍くらいに膨らむ。 ②ボウルに強力粉、薄力粉、塩を加えてよく混ぜる。 ③②のボウルに、水、発酵させたドライイーストを加えて、しっかり捏ねる。 ④ひとまとまりにして、電子レンジ(200W)で1分間加熱。 ⑤加熱後、常温で約30分置いて発酵させる。 ⑥発酵後、生地の空気を抜いて、麺棒などを使って伸ばす。	<b>【成型・焼く】</b> ①生地にソースを塗り、ナス、しめじ、ピーマン、パプリカ、カットしたカツを乗せて、チーズをかける。 ②予熱しておいたオーブンで約10分(250℃)で焼いて出来上がり。			
<b>アピールポイント</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>・鹿肉をヨーグルトに漬け込むことで、臭みをとリ、肉質を柔らかく。</li> <li>・ビタミンCを多く含む野菜(パプリカなど)を使用することで、鹿肉に含まれる鉄分の吸収を良くする。</li> <li>・カツにしてからピザにすることで、ジビエ独特の癖が軽減され、軽い口当たりで子供から大人まで誰にでも食べやすい。</li> <li>・具材には季節の野菜をあわせる(夏ならズッキーニやナス、秋にはきのこ、冬は根菜類等)。</li> </ul>					
所要時間  60分(鹿肉のヨーグルト漬け込みの時間(60分)を含まない)	材料費 円 1人前(1/4枚)で約200円(うち、やまなしジビエ(ロース)が150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