

やまなしジビエ料理コンテスト 応募用紙

ふりがな	まきい ゆうこ	大月市
氏名	牧井 裕子	



料理名	富士bier(フジビエ)ガパオライス風
-----	---------------------

材料(4人分)	やまなしジビエ 400g	・中華だし 20g	・とうがらし 半分 (好みで調整)	・油 大さじ6くらい
	・ピーマン 200g	・オイスターソース 30g (ナンプラー使用時には調整)	・バジル 8枚	・水 適量
	・パプリカ 200g	・ナンプラー 10g		・片栗粉 適量 (肉のねばりにより調整)
	・ニンニク 20g	・はちみつ 10g	・ご飯 720g	
	・ショウガ 20g		・うずらの卵 4個	

作り方	<p>①肉を大きめの挽肉位に切る</p> <p>②野菜も粗みじん切りにする</p> <p>③油を温めニンニク・ショウガを炒め挽肉・野菜の順に炒める</p> <p>④③に <b>イ</b> を加え炒める</p> <p>⑤④に <b>ロ</b> を入れ熱を加える</p> <p>⑥型に⑤を入れてからご飯を入れ押える</p> <p>⑦お皿に型を裏返すとガパオライス風の完成</p> <p>⑧うずらの卵を焼き⑦の上に乗せる</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>イ</b>                  ・中華だし                  ・オイスターソース                  ・ナンプラー                  ・はちみつ                  ・とうがらし                  ・バジル             </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <b>ロ</b>                  ・水                  ・片栗粉             </div>
	<p>※メニューの写真を別途添付してください。(撮影は、出来るだけ明るい場所で行うなど見やすい写真をお願いします。)</p>	

アピールポイント	<p>山梨県と言えば『富士山』です！！その山梨を代表する富士山に見立てた形のガパオライス風を作りました。見た目は鹿肉が暗めなので野菜と玉子の彩やかさを加え(その為に大きめに切ります)お子さんが喜びそうな明るい色あい。食感は挽き肉にする事によりトロミも付け、お子さんからお年よりまでが召し上がり易くしました。食材はご家庭にもありそうな材料と調味料のみにし手順も簡単な為、ご家庭でも作れるのではないのでしょうか。又、各店舗での取りあつかいも、作りおきや冷凍保存が可能なお客様からの注文時にもスムーズにお出しできます。まだまだ普及率の低いジビエをもっと身近に楽しんで頂ける1品になれば嬉しいです。</p>
----------	---

所要時間	30 分	材料費	800 円
		参考:ジビエ ロース 3,000~8,000円/kg、モモ 3,000~7,000円/kg	

「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