

# ～～料理人が伝授するシカ肉料理～～



## 11.シカ DONBURI



### 【材料（4～5人前）】

- ・シカロース 適量
- ・濃口醤油 90cc
- ・三温糖 20g
- ・リンゴ 1/4個
- ・ニンニク 10g
- ・塩、コショウ 適量
- ・松の実 適量
- ・赤ワイン 60cc
- ・ハチミツ 10g
- ・ショウガ 10g
- ・田舎味噌 15g
- ・有馬山椒 適量
- ・みりん 90cc
- ・生野菜（フリルアイス、タマネギ、赤・黄パプリカなど）

### 【作り方】

- ① ガーリックバターライスを作り、器に盛る。
- ② シカは1cm厚さのスライスし、塩・コショウを軽くしてフライパンで表面に焼き色を付け、そこに残りの赤ワインでフランベし、焼肉タレを加え照焼きする。
- ③ ガーリックライスを盛った器の周囲にフリルアイスを盛り、その内側にシカ照焼きを盛り付け、有馬山椒と松の実を振り、中心に生野菜を盛り付けて仕上げる。

### ※照焼きタレの作り方

赤ワイン45cc、濃口醤油、みりん、三温糖、ハチミツ、田舎味噌、おろしたリンゴ、ニンニク、ショウガを鍋に入れ、ひと煮立ちさせる。

### 【ポイント】

- ・作ったタレは1晩置いてから使用したほうが味がなじむ。
- ・シカは焼き過ぎない方が、柔らかくて美味しい。
- ・甘味はそれぞれ好みで調整してください。

メインダイニング ベルフィユ

掛川市満水2000番地

(株)ヤマハリゾート つま恋

TEL:0537-24-1111(代)、0120-244-255

# ～～料理人が伝授するイノシシ肉料理～～



## 猪の照焼き風ステーキ



### 【タレ（5人前）】

- ・日本酒200cc
- ・田舎味噌80g
- ・顆粒出し2g
- ・砂糖10g
- ・一味唐辛子 1つまみ
- ・味醂100cc
- ・赤味噌20g
- ・濃口醤油15cc
- ・おろしにんにく5g

### 【材料（1人前）】

付け合せ野菜、肉下漬け用ヨーグルト、  
猪ロース120gカット、  
薬味＝山葵、大根おろし

### 【作り方】

- ① 日本酒、味醂を煮切る。
- ② ①に田舎味噌、赤味噌、顆粒だし、濃口醤油、砂糖、にんにく、一味唐辛子を入れ、ひと煮立ちするまで火にかけタレを作っておく。
- ③ 猪ロースは厚さ1cmぐらいにカットして、ヨーグルトに一晩ぐらい漬けておく。
- ④ ③の猪の表面のヨーグルトをペーパータオルで拭き取り、塩・胡椒してからオイルを敷いたフライパンで焼色付けながら8分目ぐらいに火を入れる。そこに②で作っておいたタレを入れ全体を絡めながら仕上げる。
- ⑤ 皿に盛り絡めたタレを掛け、大根おろしと山葵を天盛りし、付け合せ野菜を添える。

### 【ポイント】

- ・肉をヨーグルトに漬けておくと柔らかくなる。
- ・肉はフライパンの上であまり焼きすぎないで、余熱で火が入ぐらいの方が良い。

## メインダイニング ベルフィユ

掛川市満水2000番地

(株)ヤマハリゾート つま恋

TEL:0537-24-1111(代)、0120-244-255

## ～～料理人が伝授するイノシシ肉料理～～



### 猪しゃぶしゃぶサラダ 胡麻味噌ソース



#### 【ソース（10人前）】

- ・米酢 40cc ・マヨネーズ 150g
- ・當胡麻 60g ・田舎味噌 20g
- ・砂糖 20g ・濃口醤油 15cc
- ・白煎り白胡麻 15g

#### 【材料（1人前）】

- 猪ロースしゃぶ用スライス 10枚
- 生野菜類、松の実はお好みで

#### 【作り方】

- ① ボールに米酢を入れ、マヨネーズ、當胡麻、砂糖、田舎味噌、醤油を入れ、ダマにならないように混ぜ合わせる。
- ② 仕上げに煎り白胡麻を加え混ぜ合わせる。
- ③ 沸騰している香味湯（水に白葱、生姜、にんにくを入れた物を沸かす）で猪スライスをしゃぶしゃぶする。
- ④ ③を皿に盛り、好みの新鮮野菜を飾り、胡麻味噌ドレッシングを掛け仕上げに松の実を散らす。

#### 【ポイント】

- ・猪をしゃぶしゃぶする時に、余り火を入れすぎない。
- ・お好みでドレッシングに豆板醤を加えても良い。

メインダイニング ベルフィユ

掛川市満水2000番地  
（株）ヤマハリゾート つま恋

TEL:0537-24-1111(代)、0120-244-255