



「ふくおかジビエの店」認定店
福岡県内獣肉加工施設一覧



ふくおかジビエを
購入できる販売店



Gibier Recipe Book

ふくおかジビエ レシピブック

家庭で
ふくおかジビエを
美味しく
食べよう



ふくおかジビエを、 もっと気軽にご家庭で——。

ふくおかジビエ流通促進協議会※では、
ジビエのおいしさをもっと多くの方に
楽しんでいただきたいという思いから、
福岡・西中洲のレストラン「ローブランシュ」の
白水鉄平シェフにレシピ監修を依頼しました。

本冊子では、ご家庭で作りやすく、
親しみやすいジビエメニューを5品ご紹介。

ぜひこの機会に、日々の食卓にジビエを取り入れてみてください。

※ふくおかジビエ流通促進協議会とは

福岡県内で捕獲された野生鳥獣の食肉(ジビエ)としての活用を広げること
を目的に設立。ジビエの衛生的な処理や品質確保、安定供給、消費拡大など
に関わる関係者が連携し、安心・安全な「ふくおかジビエ」の普及と流通を促
進しています。

ふくおか
ジビエの

レシピを教えてくれた人



ローブランシュ
オーナーシェフ 白水鉄平さん

1982年、福岡県福岡市出身。幼少期より料理人
を志し、高校を卒業後、中村調理製菓専門学校に
進学。卒業後、「ホテル・ド・ミクニ」や「オーグ
ドゥジュール」グループで経験を積み渡仏。帰国
後、「オーグドゥジュール メルヴェイユ博多」の
初代シェフを4年間務め、2016年4月に「ロー
ブランシュ」を開業。



固めの部位でも
あら不思議!
しっとりやわらか!

Fabier recipe
調理時間
約20分

鹿うで肉の魔法の唐揚げ



※肉の漬け込み
時間を除く

材料

4人分

鹿うで肉	300g	片栗粉	適量	片栗粉と小麦粉を 2:1で合わせる
塩	小さじ1/2	小麦粉	適量	
黒こしょう	少々	揚げ油	適量	
[A]				
ヨーグルト	100g	マヨネーズ	大さじ3 1/3	
白味噌	50g	からし	小さじ1	
みりん	大さじ2/3	ライム	適量	

- ① 鹿肉は一口大にカットし、塩・黒こしょうをふる。
- ② [A]を混ぜ合わせたものに鹿肉を2時間以上漬け込む。
冷蔵庫で半日～1日置く、さらに柔らかくなる。
- ③ 漬け込んだ鹿肉をさっと水洗いし、
キッチンペーパーで水気をしっかり拭き取る。
- ④ 片栗粉と小麦粉(2:1の割合で混ぜたもの)を
鹿肉にまぶし、余分な粉を軽くはたく。
- ⑤ 170℃の油で5～8分程度揚げる。
最初は低温(120℃)でじっくり火を通し、
最後に温度を上げるとカリッと仕上がる。
- ⑥ 器に盛り、からしマヨネーズとライムを添える。

Point!
水分をしっかり
拭き取ることで
衣がはがれにくくなる

鹿肉の旨みと
黒ビールの苦みの
バランスが絶妙!



fibrier recipe
調理時間
約2時間

鹿ネックの黒ビール煮込み ～フランス郷土料理カルボナード～



材料
4人分

鹿ネック(8cm角).....	700g
玉ねぎ(スライス).....	500g
バター.....	10g
小麦粉.....	大さじ1
赤ワインビネガー.....	60cc
きび砂糖・塩・黒こしょう.....	各適量

[A]

ローリエ.....	1枚
クローブ.....	2粒
ローズマリー.....	1本
黒ビール(苦みが強すぎないもの)	500cc(2+1/2カップ)

- 鍋にバターを入れ、玉ねぎを弱火でじっくりと
飴色になるまで炒める。(約40分)
- 鹿ネックに塩・黒こしょうをふり、下味をつける。
フライパンにサラダ油(分量外)を引き、
中火で表面に香ばしい焼き色がつくまで焼く。(約2～3分)
- 飴色になった玉ねぎに小麦粉を加えて軽く炒め、
赤ワインビネガーを加え、鍋底の旨みをこそげ取るように混ぜる。
- 鍋に②の鹿ネックと[A]の材料を加える。
落し蓋をして、さらに鍋の蓋をし、
180℃のオーブンで約1時間じっくり煮込む。
- 塩・黒こしょう・きび砂糖で味を整え、皿に盛り付ける。

Point!
時間があるときは
半日から1日置くと
味がよく馴染みます!



香味野菜と
スパイス香る
もちもちラビオリ

fibrier recipe
調理時間
約30分

猪ミンチのラビオリ ～エキゾチックJAPAN～



材料
2～3人分

[A]

猪ミンチ.....	100g
玉ねぎ(みじん切り).....	30g
生姜(みじん切り).....	10g
セロリ(みじん切り).....	15g
にんにく(みじん切り).....	2g
カレー粉.....	小さじ1/2
塩.....	小さじ1/3
黒こしょう.....	少々

卵白.....	大さじ1
片栗粉.....	小さじ1

[B]

一番だし.....	1カップ(200cc)
※コンソメキューブ(ブイヨンでも可)	
バター.....	40g
薄口醤油.....	大さじ2/3

餃子の皮.....	20枚(10個分)
エキストラバージンオイル・	
黒こしょう.....	適量

- ボウルに[A]を入れ、粘りが出るまでしっかりこねる。
- ①に卵白・片栗粉を加え、なめらかになるまでよく混ぜる。
- 餃子の皮のふちに水を塗り、タネを15gのせ、もう1枚の皮で覆う。
- 鍋に湯を沸かし、軽く塩(分量外)を加え、③を2分ほど茹でる。
- 鍋に[B]を入れて温め、ハンドミキサーで泡立ててソースを作る。
- 茹でたラビオリを皿に盛り、⑤のソースをかける。
お好みでエキストラバージンオイルをかけ、黒こしょうをふる。

Point!

ふちを抑え
空気を抜きながら
しっかり閉じる。



子どもも大人も
みんな大好き
猪ミンチの決定版!

猪の肉肉ミートソース ～ローズマリーの香り～



Fabier recipe
調理時間
約60分

材料 6人分

猪ひき肉	400g
玉ねぎ(みじん切り)	200g
人参(みじん切り)	150g
セロリ(みじん切り)	50g
生姜(みじん切り)	30g
ニンニク(みじん切り)	5g
塩	小さじ1
黒こしょう	適量
酒	3/4カップ(150cc)
トマトホール缶	400g

[A]

醤油	大さじ1
ケチャップ	大さじ4
バター	30g
はちみつ	20g

フェットチーネまたは
お好みのパスタ 70g
ローズマリー 3本(+飾り用)

- ① 玉ねぎ、人参、セロリ、生姜、にんにくをすべてみじん切りにする。
(フードプロセッサーを使うと短時間に!)
- ② 鍋にサラダ油(分量外)を引き、猪ひき肉を中火で炒める。
しっかり焼き色がついたら塩・黒こしょう(分量外)を加える。
- ③ ②に酒を加え、鍋底の旨みをこそば取り、①を加え、
しんなりするまで炒め、さらに香りが立つまでじっくり加熱する。(約15分)
- ④ トマトホール缶、ローズマリーを加え、2/3まで煮詰める。(約20分)
- ⑤ [A]を加え、味を整える。味が足りないときは、塩・黒こしょう(分量外)で調整する。
- ⑥ 茹でたパスタの上に⑤をかけ、仕上げにローズマリー(分量外)を添える。

Point!

野菜を加えたら
ゆっくり時間を
かけて炒めよう



ふわっとやわらか
甘辛デレか絡む
ジューシーつくね

鹿のつくね ～温度卵添え クミンのアクセント～



Fabier recipe
調理時間
約30分

材料 2～3人分

[A]

鹿ひき肉	200g
鶏ひき肉	100g
玉ねぎ(みじん切り)	80g
生姜(すりおろし)	小さじ2
塩	小さじ1/2
エルブドプロヴァンス・五香粉	←
黒こしょう(パウダー)	各少々

片栗粉	大さじ1
全卵	1/2個

酒	1/2カップ(100cc)
醤油	1/2カップ(100cc)
みりん	1/2カップ(100cc)
砂糖	大さじ4
クミン・青ネギ	各適量
温度卵	1個(レシピ外)

なくてもOK **Point!**
あれば味が本格的に!

- ① 鍋に[B]の材料を入れて中火で加熱し、少し煮詰まったら火を止め、冷ましておく。
- ② ボウルに[A]の材料を入れ、粘りが出るまでよく混ぜる。
さらに全卵と片栗粉を加え、全体がなじむまでしっかり混ぜ合わせる。
- ③ 少し休ませた後、50gずつ手に取り、丸く形を整える。
- ④ 成形したつくねに薄く片栗粉(分量外)をまぶし、フライパンに
サラダ油(分量外)を引き、弱火で2～3分ほどじっくり焼く。
- ⑤ つくねの表裏に焼き色がついたら、①を加え、
弱火で2～3分ほど煮詰めながら絡める。
- ⑥ 皿に盛り付け、クミン・青ネギを散らし、温度卵を添える。

Point!

タレは煮詰めず
弱火でゆっくり
ほどよく絡める