



ジビエハンバーグ

【材料】 4個分程度

・ジビエのミンチ 200g

・豚ミンチ 100g

※鹿ミンチだけの時は脂が多めの物を選ぶといいです

・鶏ミンチ 100g

・塩 4g

・お好みのスパイス

※胡椒、ナツメグ、パプリカ、
カイエンペッパーなどがおすすめ

・玉ねぎ 40g

・牛乳 40g

・パン粉（生パン粉） 40g（ドライなら30g）

・ケチャップ 20g

・卵 1玉

・焼き油

【作り方】

1.玉ねぎをみじん切りにする

2.牛乳、パン粉、ケチャップ、卵をボウルに入れて綺麗に混ぜて馴染ませておく。

3.ミンチを2とは別のボウルに入れ、塩とスパイスを入れてしっかりと粘りが出るまで練る。

4.3に2を入れて混ぜる。その後みじん切りにした玉ねぎを入れてさらに混ぜる。

5.お好みの大きさに丸めてフライパンで焼く。



鹿と玉ねぎの時雨煮風丼

【材料】4人分

- ・ 鹿スライス 300g
- ・ 玉ねぎ 1玉
- ・ おろししょうが チューブ6cm程度
- ・ 酒 90cc
- ・ 水 90cc
- ・ 砂糖 大さじ6
- ・ みりん 大さじ3
- ・ 醤油 大さじ3
- ・ サラダ油大さじ1

【作り方】

- 1.玉ねぎを5mm程度の薄切りにする。
- 2.鍋にサラダ油を敷き、鹿スライスを炒める。
- 3.鍋に玉ねぎを入れて炒める。
- 4.残りの材料を全て鍋に入れて味を見ながら煮詰める。
- 5.お米の上に乗せて完成。



ジビエの味噌漬け焼き

【材料】

- ・ジビエスライス肉 150g
(もも肉またはロース、うで肉などのスライスでOK)
- ・味噌 (合わせ味噌) 15g
- ・みりん 15g
- ・焼き油

【作り方】

- 1.ジップロックに味噌とみりんを入れて混ぜ、スライス肉を入れて30分以上置いておく。
- 2.焼き油をフライパンに敷いて漬け汁から取り出して焼く。



猪のユッケジャンスープ

【材料】 4人分

- ・猪スライス 150g
- ・醤油 10g
- ・酒 10g
- ・おろしニンニク チューブ 5cm程度
(お好きなら増やしてOK)
- ・すりごま 大さじ2
- ・サラダ油 大さじ2
- ・長ネギ 1本
- ・人参 1/2本
- ・にら 1束
- ・豆もやし 1パック (200g) (もやしでもOK)
- ・卵 1個
- ・水 600cc
- ・鶏ガラスープの素 大さじ2
- ・醤油 大さじ1/2

- ・塩
- ・ごま油 大さじ1

【作り方】

1. ビニール袋に猪スライスとAの材料を全て入れて揉み込む。
2. 長ネギ、人参は5cm程度の長さの千切りにする。にらも5cm程度の長さに切り揃える。
3. 卵をボウルに割り、ほぐしておく。
4. 鍋にサラダ油を敷いて猪スライスを入れて炒める。
5. 人参、長ネギを入れて炒める。
6. 水、鶏がらスープ、醤油を入れて5分ほど煮込む。
7. 豆もやしとにらを入れて更に煮込み、味を整える。
8. 卵を入れて、最後にごま油を入れる。



猪のそぼろ

【材料】

- ・猪ミンチ 300g
- ・料理酒 20g
- ・みりん 40g
- ・醤油 20g
- ・おろしニンニク チューブ4cm程度
- ・おろし生姜 チューブ4cm程度
- ・砂糖 20g
- ・合わせ味噌 10g

【作り方】

- 1.ミンチを鍋に入れてひたひたになるまで水を入れ、柔らかくなるまで炊く。
- 2.全ての材料を加えて味を整える。