

いしかわジビエ料理コンテスト

応募者氏名	北潟 育巳
作品名	サングリエのロースト 源助大根
セールスポイント	<ul style="list-style-type: none"> ・ フレンチでありながらソースに味噌、しょうゆを使っている ・ 旬の時期ならではの肉の甘みを生かし、生の肉根にしている ・ イノシシを低温調理することで柔らかく食べやすくなっている
料理写真	

1人分の材料	分量	作り方
イノシシ肉 (もものブロック) ※脂身が少なく赤身が多いもの	50g	① イノシシの肉全体に塩、コショウをして強火で全体に焼き目を付ける
塩	少々	② ①をラップで包み、ジップロックに入れ炊飯器の中に 60~68℃のお湯を入れ、保温モードで1時間加熱する
コショウ	少々	<ソース>
サラダ油	大さじ2	① イノシシを焼いたフライパンに赤ワインを入れアルコールを飛ばす
<ソース>		② ①にしょうゆ、みそ、大根おろし、ハチミツを入れる
赤ワイン	120ml	③ 三分の一程度煮詰まってきたら、シノワでこす
しょうゆ	大さじ1	④ ③を再びソースをゴムベラで動かした時に元の位置まで戻らないくらいの濃度になるまで煮詰める
みそ	大さじ1/2	⑤ 火を止めバターを入れて溶かす
ハチミツ	大さじ2	※肉汁は②~⑤の中で肉が出来次第入れる
バター	小さじ1	<付け合わせ>
大根おろし	適量	源助大根をスプーンまたは計量スプーンで丸くくり抜く
肉汁	適量	
<付け合わせ>		
源助大根	適量	
ワサビ	適量	