

いしかわジビエ料理コンテスト 入賞レシピ

応募者氏名	山口 優果、岩崎 麗花
作品名	シシ肉の三種盛り（シャキねばつくね、うどんソーセージ、カツの恵方巻き）
セールスポイント	能登の野菜と加賀の野菜をコラボし、節分を意識して、見た目・食感を楽しめるように工夫しました。
料理写真	

1人分の材料	分量	作り方
イノシシ肉（ひき肉）	150g	<p><シャキねばつくね></p> <ol style="list-style-type: none"> ① 長ネギ、蓮根をみじん切りにしてボウルに入れる ② ①にすりおろし生姜、ニンニク、イノシシ肉のひき肉（50g）を入れてこねる ③ 大和芋をすって②の中に入れて更に混ぜる ④ 能登娘をおろして水気を切り、レモンを少ししぼる ⑤ 白だし、薄口醤油を入れて混ぜ、片栗粉を入れて固める ⑥ ⑤に薄力粉をつけて、フライパンに多めの油を熱し、きつね色になるまで焼く <p><カツの恵方巻き></p> <ol style="list-style-type: none"> ① ボウルにみじん切りした長ネギ、玉ねぎ、キャベツ（千切り）とイノシシ肉のひき肉（50g）、里芋2個を入れて混ぜる ② 白だし、塩コショウを入れ更に混ぜる ③ ニンジン（細く切り）、ベビーコーンは半分にし、かいわれ大根は根っこを取っておく。ニンジン、ベビーコーンは茹でる。 ④ すだれにラップを敷き、肉を乗せて伸ばし、海苔を乗せ、更に肉を乗せ、広げ、その上にニンジン、ベビー
長ネギ、玉ねぎ、キュウリ、レモン	1/2 個	
すりおろし生姜	大さじ 1/2	
すりおろしニンニク	小さじ 1/2	
塩コショウ	適量	
片栗粉	適量	
卵	1 個	
白だし、薄口醤油	大さじ 1/2	
加賀蓮根	1/4 個	
パン粉、薄力粉	適量	
うどん	1 玉	
かいわれ大根	1/4 本	
キャベツ	1/8 個	
里芋（ゆでたもの）	2 個	
能登娘	1/4 個	
大和芋	1 本	
ニンジン	1 本	
大葉	4 枚	
ベビーコーン	2 本	
海苔	1 枚	

コーン、かいわれ大根を乗せ、肉を乗せ、太巻きのように巻く

⑤ ④を小麦粉⇒卵⇒パン粉の順に付け、揚げる

⑥ キャベツをちぎり、ニンジンに飾り切りをし、茹でたベビーコーンと一緒に盛り付ける

<うどんソーセージ>

① フードプロセッサーに、イノシシ肉のひき肉（50g）、うどん半分を入れ、細くなるまで混ぜる

② 長ネギ、玉ねぎ、大葉をみじん切りし、出来上がった①と混ぜる

③ うどん半部分を細かく切り、②と一緒に混ぜ合わせる

④ ラップに乗せ、ソーセージの形にし、端をたこ糸できちりとし、その上からアルミホイルでくるむ

⑤ 蒸し器で15分蒸し、その後、フライパンで軽く焼く

⑥ キュウリを器のように切り、その上に能登娘のおろしを入れる