


いしかわジビエ料理コンテスト 入賞レシピ

応募者氏名	前田 佐平
作品名	里山の恵みバニラアイスチーズグラタン
セールスポイント	イノシシ肉をキウイ、麦味噌と焼き肉のタレに漬け置きしたものをスライスして、ジャガイモ、サツマイモ、長ネギにバニラアイス、チーズを乗せて電子レンジで焼く、漬けたレで肉が柔らかくなります。 バニラアイスには、砂糖や色々な調味料が入っており、調味料を使わずに済みます。
料理写真	

1人分の材料	分量	作り方
イノシシ肉	150g	① イノシシ肉を漬けたレに漬ける
ジャガイモ	100g	② ジャガイモの皮を厚めにむき、串切りにする
サツマイモ	100g	③ サツマイモの皮を厚めにむき、串切りにする
長ネギ	80g	④ 長ネギを3cmの輪切りにする
ピッツァチーズ	100g	⑤ ①を3mmにスライスする
バニラアイス	100g	⑥ 耐熱容器に②、③、④、⑤を入れて上にバニラアイス
青海苔	10g	を乗せて青海苔を振りかけ、電子レンジで4分温める
<漬けたレ>		⑦ ⑥にピッツァチーズを乗せる
麦味噌	40g	⑧ 電子レンジで5分焼く
焼き肉のタレ	30g	
キウイ	50g	