

いしかわジビエ料理コンテスト

応募者氏名	坂本 成美
作品名	猪（ちょ）こっと彩りカップ寿司
セールスポイント	酢飯でイノシシのにおいも気になりません。トッピングはお好みで。
料理写真	

1人分の材料	分量	作り方
米	3合	① イノシシ肉を塩コショウで味付けし、表面を油をひいたフライパンで焼く。ある程度火が通ったら、アルミホイルにくるんで中まで火を通す。(5mm くらいの厚さに切っておく) ② 米3合を炊き、酢、砂糖、塩を合わせる。 ③ にんじんとタケノコをレンジで火を通し、すき焼きのたれで煮て味をつける。 ④ 大根に飾りを入れて、すし酢に漬ける。(30分ほどしておくとうい) ⑤ ①～④ができたら、カップ(透明)に、ご飯 ⇒ 大葉 ⇒ ご飯 ⇒ 桜でんぶ ⇒ ご飯と盛り付ける。
酢	大さじ4	
砂糖	大さじ2	
塩	小さじ2	
イノシシ肉	30g	
塩コショウ、油	少量	
にんじん	3/10本	
タケノコ	3切	
すき焼きのたれ(市販)	15ml	
大根	10g	
すし酢	大さじ2	
桜でんぶ	少量	
大葉(みじん切り)	少量	
きゅうり	2切	