

いしかわジビエ料理コンテスト 入賞レシピ

応募者氏名	上田 清香
作品名	森の恵みのカチャトーラ
セールスポイント	「カチャトーラ」とはイタリア語で「狩人・猟師」のこと。狩りを終えた猟師が獲物と森で採れるものをさっと集めた料理。まさにジビエ！！ さっと仕込んで煮込むだけ。ご飯やパン・マッシュポテトに合います♪
料理写真	

1人分の材料	分量	作り方
イノシシ肉	60g	① 肉に塩こしょうをする。セロリはスライスする。玉ネギはくし切り、人参は乱切り、にんにくはみじん切り。しめじとまいたけは石づきを取って小房に分ける。
玉ネギ	13g	② ①をすべてビニール袋に入れ、ローリエとタイムを入れて1晩置く。
人参	〃	③ ②を肉と野菜に分け、熱した鍋にオリーブ油をひき、肉を加えて色が変わったら、赤ワインを加え、少し煮詰める。
にんにく	〃	④ 野菜を加えて少し炒め、水・コンソメを加えて煮る。アクが出たらとる。
セロリ	〃	⑤ Aの調味料を加え、30～40分ほど煮る。
しめじ	15g	⑥ 器に盛りつけ、パセリを散らし、生クリームを垂らして出来上がり。
まいたけ	20g	
ローリエ	1/4 枚	
タイム	適量	
オリーブ油	小さじ 1/2	
赤ワイン	50cc	
カットトマト	95g	
ケチャップ	2.5g	
はちみつ	大さじ 1/4	
さとう	小さじ 1/4	
しょうゆ	大さじ 1/4	
コンソメ	小さじ 1/4	
パセリ・生クリーム	適量	
水	50cc	