



猪の挽肉を使い
作りやすく食べやすいレシピにしました。

猪ひき肉巾着



料理ポイント

しょうゆ糀は糀の働きとしょうゆの旨味が一緒になった万能調味料です。ソースにも隠し味にも使える優れモノです。



アレンジポイント

巾着に仕上げる料理には独特の高揚感があります。中身は何だろう、どんな味なんだろう、食べる前の想像力を掻き立て、食べた時には驚きを与えてくれます。ワクワクする気持ちは最高のごちそうです。地元が誇る調味料の醤油麹や甘酒が鹿肉と野菜などの具材を見事にマリアージュしてくれています。一口食べると、油揚げと具の2つのコクの二重奏が口の中に広がります。つなぎ(片栗粉や卵)の分量を調整して“ジビエつみれ”として、おでんなどに入れても良いのではないのでしょうか。

		10個分	下準備	
● 材 料 A)	猪ひき肉	250g	Dégorger	
	れんこん	一節	5mm角切	約 70g
	ごぼう	1/2本	5mm角切	
	人参	1/2本	5mm角切	
	おから	50g		
	ねぎ	1/2本	5mm角切	
	生姜	ひとかけ	すりおろす	
	卵	1個		
	片栗粉	大2		
	しょうゆ糀	大2		
	甘酒	大1	濃縮タイプを使用	
	B)	パスタ又は楊枝		
		あぶらあげ	5枚	
		出汁	3c	
		しょうゆ	大3	
		味醂	大3	
		柚子胡椒	小1	



地元食材

れんこん
ごぼう、おから
人参
あぶらあげ
しょうゆ糀

● 作り方

- ①猪ひき肉とA)の材料をボールに入れ粘りが出るまでよく練る。
- ②あぶらあげを綿棒で押さえつけるように2〜3回転がす。半分にカットする。
- ③①のタネを半分に切ったあぶらあげの中に詰め、口をパスタか楊枝でとめる。
- ④鍋に③を並べ出汁、しょうゆ、味醂、柚子胡椒を入れ落とし蓋をして中弱火で15〜20分火を入れる。

おでんの具材にして提供するのもいいと思いますが、小鉢の一品料理としてもオススメです。小鉢にした場合は煮た後のツユをあんかけにする。

*Nagano Design Week
Original Jibie Recipe*



山々に囲まれた長野市では現在、猪や鹿などによる農業被害が問題となっています。NAGANO DESIGN WEEKでは長野市が抱える有害鳥獣問題をデザインの力で解決するため、名産物であるリンゴやキノコ、野菜、発酵食品など長野市らしい食材と掛け合わせオリジナルジビエ料理を開発しました。

NAGANO GIBIERは、長野の自然で育った質の良いジビエと、健康長寿を誇る長野の食材を掛け合わせ、自然の恵みを感じるメニューとして生まれました。

オリジナルジビエはワインにもびったりです。長野市ならではの味を楽しんでください。



レシピ考案
児玉 信子
(信州ジビエマイスター
/農園カフェ ラビット)



長野ジビエプロモーション
海豪うるる
(地方創生クリエイター)

