

## ～～料理人が伝授するシカ肉料理～～



### 1.シカロース肉のバジル風味フライ



#### 【材料（2人前）】

- ・シカロース肉 120g
- ・ジェノバペースト 20g
- ・ミニアスパラ 6本
- ・塩、コショウ 適量
- ・小麦粉 適量
- ・溶き卵 適量
- ・パン粉 適量
- ・パルメザンチーズ 適量

#### 【作り方】

- ① ロース肉は60gにカットして、肉タタキで薄く伸ばす。
- ② 肉に塩、コショウをする。
- ③ ジェノバペーストを肉に塗り、ミニアスパラを肉で巻く。
- ④ パン粉付けをする。
- ⑤ 油であげる。（170度でこんがりと色がつく程度）

#### 【ポイント】

- ・パン粉には、パルメザンチーズを少量混ぜ込んでおくと良い。
- ・火を通しすぎると肉が硬くなるので、あまり揚げすぎないこと。  
（パン粉にチーズを混ぜておくと、揚げた時に色がつきやすいので、肉をロゼに仕上げやすいと思います。）

**オーベルジュ・ブランシュ富士**

駿東郡小山町須走394-5

TEL:0550-75-3711 FAX:0550-75-3733

