

～～料理人が伝授するイノシシ肉料理～～



赤ワイン味噌煮込み



【材料（1人前）】

- ・猪肉 100g
- ・醤油 大さじ3
- ・赤ワイン 2合
- ・チャツネ 大さじ3
- ・味醂 大さじ3
- ・砂糖 60g
- ・水 肉がかぶる程度

〈付け合せ野菜〉

- ・小かぶ、竹の子（トマト、ブロッコリー、人参でも可）、白髪葱、しょうが、野菜（人参、玉葱、長葱の頭など）



【作り方】

- ① イノシシのバラ肉をカットして焼目をつける。
- ② 赤ワイン、水で二日間、火に掛け、柔らかく戻す（しょうが、野菜くずも入れる）
- ③ やわらかくなった所で、赤味噌、チャツネ、みりん、砂糖で味をつけ、煮込む。
- ④ 付け合せに野菜の煮付けしたものを盛り付ける。

【ポイント】

- ・しょうが、野菜などで臭みを取る。
- ・時間をかけてゆっくり、柔らかくする。

(株)なすび茄子の花 無庵

静岡市葵区昭和町1-8

TEL:054-273-8855