

～～料理人が伝授するイノシシ肉料理～～



猪肉の遠州の幸 松風焼



【材料（20cm×20cmの型で）

- ・猪ミンチ肉 800g
- ・しょうゆ 80cc
- ・赤味噌 小さじ3杯
- ・砂糖 200g
- ・粉山椒 小さじ1杯
- ・卵 6個

①

- ・むかご 適宜
- ・銀杏 適宜
- ・浜納豆 適宜

【作り方】

- ① 猪ミンチから粉山椒までの材料をフードカッターでよく混ぜ合わせてベースの生地を作る。
- ② むかごと銀杏はあらかじめ、湯がいておく。
- ③ ①の生地に浜納豆と②を合わせて、型に流し入れる。
- ④ 180℃のオーブンで30～40分焼き上げる。

【ポイント】

- ・生地はフードカッター等でしっかり、混ぜ合わせることに。混ぜ合わせが不十分だときれいに仕上がりにません。
- ・オーブンで焼く時に、上面が焦げないように、アルミホイルでカバーすると良いでしょう。

和食処 なかや

静岡県磐田市上野部1649-1

TEL、FAX:0539-62-2061

～～料理人が伝授するイノシシ肉料理～～



猪ロース肉のほうじ茶 しゃぶしゃぶ鍋仕立て しょうゆ麴のタレを添えて



【材料】

鍋だし汁（比率）

- ・ほうじ茶 18
- ・昆布 適宜
- ・酒 1
- ・薄口しょうゆ 1

タレ（比率）

- ・しょうゆ麴 8
- ・梅肉 1
- ・すり胡麻 8
- ・煮切りみりん 適宜



具材

- ・猪ロース肉スライス
- ・季節の野菜やきのこ等

【作り方】

- ① 煮だしたほうじ茶に昆布と調味料を加えて、1回沸かしてお茶風味の昆布だし汁を作る。
- ② 猪ロース肉はしゃぶしゃぶ用にスライスしましょう。
- ③ 季節の野菜は適宜な大きさにカットしましょう。
- ④ タレはしょうゆ麴からすり胡麻までをよく混ぜ合わせ、好みの濃度に煮切りみりん調整しましょう。

【ポイント】

- ・鍋の大きさによって分量が違いますので、比率で示しました。
- ・猪肉ですので、牛肉とは違い、しっかりめに火を通しながらしゃぶしゃぶしましょう。

和食処 なかや

静岡県磐田市上野部1649-1

TEL:0539-62-2061

～～料理人が伝授するイノシシ肉料理～～



猪肉の和風ミンチカツ 地ソースのべっこうあんかけ



【材料（2人前）】



生地

- ・猪ミンチ肉 120g
- ・玉葱 60g
- ・海老芋 35g
- ・卵 1/2個
- ・しょうゆ 大さじ1/2杯
- ・こしょう 小さじ1/2杯

④

あんかけ（比率）

- ・だし汁 10
- ・みりん 1
- ・地ソース 0.1
- ・葛粉 適宜

衣

- ・割おかき 適宜
- ・小麦粉、卵 適宜

【作り方】

- ① 玉葱はみじん切りにして、あらかじめ炒めて冷ましておきます。
- ② 海老芋は蒸して裏ごしをして、つなぎとして使います。
- ③ ボールに猪ミンチを入れ、ねばりが出る位、よくまぜます。
- ④ ③の中に、①と②と卵からこしょうまで入れてよく混ぜます。
- ⑤ ④の生地を2等分にして、小判形に成型します。
- ⑥ ⑤に小麦粉、卵、おかきの順に衣をつけます。
- ⑦ 170～180℃の油で返しながら揚げていきます。
- ⑧ 仕上げにあんをかけて、出来上がり。

【ポイント】

- ・生地の中にチーズを入れても良いでしょう。
- ・パン粉の衣でも良いのですが、今回は和風なので、割おかきを衣に使いました。
- ・あんかけは比率を示しています。
比率に合わせて、たっぷりも少量も調整できます。

和食処 なかや

静岡県磐田市上野部1649-1

TEL、FAX:0539-62-2061