

短期大学部 生活科学科 食物専攻2年 プロデュース シカ肉丼 & シカ肉のミートボール



TABLE FOR TWOメニュー



考案者のメッセージ

◇シカ肉丼

(吉野 修平)

シカ肉は赤身が多く、そのまま調理をすると硬くなりやすいので、肉質をいかに柔らかく保つか、ということに特に気を配りました。肉を塩麴に漬け込み、片栗粉をまぶして焼くことで、シカ独特のクセを抑えつつ、しっとり柔らかく仕上げることができました。

◇シカ肉のミートボール (松浦 丈佳)

小さくて食べやすいミートボールにしてみました。香味野菜(生姜・にんにく・葱)を使って臭みを消し、また葱をたくさん入れて野菜もとれるようにしました。子供からご高齢の方まで、幅広い年齢の方に好まれると思います！

シカ肉(ジビエ)の特徴

- ジビエとは、食材として狩猟・罠猟で捕獲した野生の鳥獣のことです。
- 天然の食の資源を守るため、決められた狩猟期間だけ猟をすることが許されています。畜養とは違う、その時期だけ味わえる天然素材を使うジビエは、かつてフランスでは貴族の伝統料理で高級料理として食べられていました。
- 栄養価は、たんぱく質を多く含み、低カロリーであり、鉄やビタミンB群を豊富に含んでいます。

鉄……………貧血予防の効果
ビタミンB1……………成長促進・神経状態の改善
ビタミンB2……………皮膚や髪・爪などの再生
ビタミンB6……………免疫力強化

その他に、脂肪・コレステロールは牛肉や豚肉より少ないです。

- シカ肉は、貧血や低栄養予防の効果もある、栄養価の高い食材と言えます。
- シカ肉の「臭い」「硬さ」の問題は、下処理や調理方法で軽減できます。

今日までの流れ

- 4月 シカ肉を利用した調理実習(実習材料の鶏肉をシカ肉に変更)
- 5月 学生食堂提供レシピの考案・提出(個人)
- 6月 レシピの選出
(4作品;シカ肉のみぞれ煮、シカ肉のチンジャオロース、シカ肉丼、シカ肉のミートボール)
- 7月 4作品を試作(1回目)
四季美谷温泉(那賀町横谷)で研修、中田料理長様より4作品についてアドバイスを頂く



10月 アドバイスを基に4作品を試作(2回目)



食害地域の現地視察(那賀町木頭奥槍戸)、徳島森林管理署・国見様よりシカ被害の現状の説明を受ける



木沢シカ肉等加工施設で平井様指導のもと、シカ肉解体の見学・体験



4作品について瀬戸学生食堂料理長様と打合せ、後日試食、提供メニューの決定



11月8日 シカ肉のみぞれ煮・シカ肉のチンジャオロース 提供



1月25日 「野生シカ肉の有効利用を目指した取り組みとシカ肉料理のレシピ開発について」ポスター発表
シカ肉丼・シカ肉のミートボール 提供