

料理レシピ No.6

鹿肉のストロガノフ

〈材料〉4人分

- 鹿モモ肉……………300g
- タマネギ……………1/2個
- にんにく……………少々
- マッシュルーム(小)…12個
- ワインビネガー(赤or白)…50cc
- パプリカパウダー…大さじ3杯
- フォン・ド・ヴォー……………90cc
- 生クリーム……………180cc
- コルニション・ピクルス…少々
- パセリ、バター……………適量

「バターライス」(付け合わせ)

- 麦…180g ●白米…180g
- バター、オリーブオイル…適量
- タマネギ…少々
- ブイヨン…350cc



(下ごしらえ)

- 鹿肉……………3mm位の薄切り ●マッシュルーム……………薄切り ●タマネギ……………みじん切り
- にんにく……………みじん切り ●ピクルス……………薄切り

〈作り方〉

- ① フライパンにオリーブオイル、にんにくを入れ、香りが出てきたら鹿肉とマッシュルームをソテーする。ソテーしたら一度皿に移しておく。
- ② 肉をソテーしたフライパンにバターを少量入れ、タマネギをソテー。
- ③ パプリカパウダーを加え、ソテーする。
- ④ ワインビネガーを加え、鍋についた肉汁を溶かすと共に、ビネガーを煮詰める。
- ⑤ フォン・ド・ヴォーを加え煮詰め、生クリームを入れさらに煮詰める。
- ⑥ フライパンに皿に移しておいた、鹿肉とマッシュルームを加え軽く沸騰させる。
- ⑦ ピクルスを加え、塩コショウで調味をして完成。

「盛り付け」…付け合わせのバターライスを皿にドーナツ状に敷き、中央にソースと一緒に流し込んで、仕上げにパセリ、生クリームを適量かけて完成。

ビストロ ヤマシタ

岡山市北区表町3-15-8 プレイタウン 1F ☎086-233-2888