

鹿肉くん製



栄養成分表示 (100g当たり)

エネルギー 100kcal たんぱく質 20g

材料

鹿肉

※肩やスネなどの硬い部位も良い。

調味料

塩 肉に対して 2%程度
(肉 1kg に対して 20gの割合)

コショウ 適宜

スパイスパウダー 適宜

作り方

- 1 鹿肉に調味料を良く擦り込み、冷蔵庫で2~3日寝かせます。
(コショウやスパイスパウダーは全体的に多めに。)
- 2 肉を取り出して金串に刺し、2~3日風干しをしてください。
- 3 製法は温燻法で、サクラチップで肉を2~3時間いぶします。くん製は硬めの食感に仕上がります。
柔らかい食感のくん製をつくる場合は、1で寝かせた肉を風干しせずにそのまま250℃のオーブンで約20分火を通し、その後に温燻法で約30分いぶします。

特色・ポイント

◇くん製独特の色艶、香りが食欲をそそります。レシピの中でも特にお酒に合う一品です。

◇くん製はくん煙による乾燥・殺菌作用によって、その保存性が高まる料理です。

美味しいくん製をつくるためには、肉をいぶす煙の量、煙の温度が重要な要素になります。

その日の湿度や温度でも微妙に変わる場合があるので、好みに応じて微調整してください。