

鹿肉煮込みと信州茸のパイかぶせ焼き



栄養成分表示 (一人前当たり)

エネルギー 1,080kcal たんぱく質 45g

つくり方

- 1 鹿肉を 50g程度の大きさに角切りし、材料(A)とバットで混ぜ冷蔵庫で一晩マリネします。
- 2 具材(B)のにんじん、じゃがいもはシャトー(フットボール形)にむき、ブロッコリーと一緒にあらかじめ茹でておきます。
- 3 前日にマリネした肉と野菜はザルで水気を良く切ります。
- 4 熱したフライパンに 80ccの油を引き、塩コショウした鹿肉を色付くまで炒めたら、煮込むための鍋に移します。
同じフライパンに 40ccの油を引き、ミルポア(3の野菜)を十分炒めたら、肉と同様に煮込むための鍋に移します。
- 5 鹿肉、ミルポアのいった鍋にマリネに使った赤ワインを加え、一煮立ちしたら材料(C)を加えて更に 3 時間煮込みます。
(アクを取りながら、煮詰まり防止でブイオンを補充。)
- 6 煮込んだ鹿肉を取出してミルポアとソースを漉し、ソースに肉と具材(B)を加えて塩コショウし一煮立ちさせます。
- 7 煮込んだ具材をココット(深みのある小さい器)に入れ、器のふちに卵黄を刷毛で塗り、折りパイでフタをします。
オーブンで 15 分焼き、仕上げとしてパイに 5mmくらいの穴を開けてブランデーを流し入れ、完成です。

材料 4人分

鹿肉 (モモ又はバラ肉)	600g
マリネ材料(A) … ミルポア(香味野菜)等	
玉ねぎ (2~3mm スライス)	70g
にんじん (")	150g
セロリ (")	50g
パセリ	15g
にんにく	10g
ロリエ・粒コショウ	5g
料理用赤ワイン	600cc
煮込み具材(B)	
にんじん	1/2 本
じゃがいも	1 コ
ブロッコリー・ほうれん草	適宜
エリンギ	1 パック
まいたけ	1 パック
えのき茸	1 パック
しいたけ	1 パック
ソース材料(C)	
デミソース	400cc
トマトピューレ	45cc
ブイオンスープ	500cc
サラダ油	120cc
塩・コショウ	少々
折りパイ	400g
ブランデー	40cc

特色・ポイント ◇鹿肉の煮込みとパイのコラボレーションをお楽しみください。

◇手の込んだおもてなし料理です。特別な日の料理として腕をふるってください。