

鹿肉の下処理方法

基本的に鹿肉は脂肪が少なく、ニオイも少ないのが特徴ですが、処理方法の状況など、時によってはニオイが気になることがあるので、下処理が必要な場合があります。

この方法はしぐれ煮を調理する際に行われる下処理の方法ですが、加熱工程という点で参考になりますのでここにご紹介します。



材料 4人分

鹿肉	300g
牛乳	1リットル
水	1リットル
長ねぎ	1本
しょうが	50g

下処理の方法



1

鹿肉はお湯で約 10 分茹でます。
肉に他の材料を合わせて圧力鍋で約 20 分煮ます。
(鍋に圧力が掛かり始めたら、火は中火にします。)



2

時間が来たら火を止めて、2時間くらい冷まします。
肉を取り出し、流水で表面のアクや薄い膜を取り除きます。



3

アクなどが取れたら、水にさらします。
完全に冷えたら取り出し、水気を切って冷蔵庫で保存します。
目的に応じて切り分け、調理してください。

ニオイの処理方法

日本料理の手法	西洋料理の手法
<ul style="list-style-type: none">・牛乳、しょうが、長ねぎと一緒に下煮する・しょうがやゴマ油、香味野菜と一緒に調理する	<ul style="list-style-type: none">・赤ワインに漬け込む・ハーブ類、香味野菜と一緒に調理する・酸味のある果実と合わせ、肉の風味も生かす