

シカタンメン



材量 2人分

鹿モモ肉（内肉団子100g）	200g
（肉団子の材料）	
うずらの卵	1個
（通常の卵ならうずらの卵1個分程度）	
片栗粉	大さじ1
生姜汁	小さじ1
長ネギみじん切り	小さじ2
塩・醤油・胡椒・水	適量
キャベツ	50g
玉ねぎ	小玉1/4個
人参	適量
ニラ	適量
長ネギ(白髪ネギにする)	適量
コーン	大さじ1
和風だし	800cc
塩・胡椒・酒・みりん・醤油	適量
中華めん	2玉
太白ゴマ油・いりゴマ	適量

つくり方

- 1 鹿肉を2つに分け、一方を5mm厚さの一口大に切り、トレハロースをまぶしドリップを取る。
- 2 もう一方の肉をミンチにし、肉団子の材料を合わせ、小ぶりの団子にし、油で揚げる。
（かたくて団子にしづらいときは水を混ぜる）
- 3 人参をイチヨウ切りにし、キャベツ、玉ねぎは一口大に切る。
- 4 塩・胡椒した1を中華なべで両面ソテーし、よい焼き色をつけ取り出す。
- 5 同じ鍋に3を入れ軽く炒め、和風だしを加えて沸かす。
- 6 4の肉を中華なべに戻し、塩(小さじ1)、酒・みりん・醤油少々、胡椒で味を付け、肉を取りだす。
- 7 麺を硬めに茹で、5に移して20秒程煮込み、ゴマ油(小さじ1)を加える。
- 8 器に分け、肉だんご、肉のソテー、ニラ、コーン、白髪ネギ、ゴマを飾る。

特色・ポイント

- ◇ 鹿肉からは旨みがあり出ないので、和風だしは、数種類の厚削りの節とコンブで濃い目にする。
- ◇ 麺はカン水少なめの手打ち麺を使用。