

## ローストディアの野菜巻き

### 材量 8人分



鹿モモ肉	1kg
大根	500g
パプリカ(赤)	1/2個
サニーレタス	4~5枚
塩	15g
黒胡椒	適量(多めに)
オリーブオイル	大さじ2
わさび	適量
(A)	
人参(皮付き)	小1本
玉ねぎ(皮付き)	1個
セロリ(葉の部分)	2~3本
醤油	200cc
日本酒	200cc
みりん	100cc
水	200cc

### つくり方

- 1 鹿モモ肉をスジ切りして塩、黒胡椒をすりこみ15分位置く。
- 2 フライパンにオリーブオイルを入れ、1を全面焼く。
- 3 鍋に材料(A)を入れ加熱し、2を入れ弱火で約20分熱し火を止め冷ます。
- 4 大根を短冊切り、パプリカは細切りにする。
- 5 4をオリーブオイルで炒め、塩、黒胡椒で味を付ける。
- 6 皿にサニーレタスと5を盛り付け、3をスライスして盛り付ける。

### 特色・ポイント

- ◇ 動物性たんぱく質と鉄分豊富なシカ肉とビタミンCの豊富な大根、パプリカで美味しい食感で栄養満点。
- ◇ シカ肉にわさびをのせ、炒めた野菜をあわせサニーレタスで巻いてどうぞ。