



第3回
ジビエ料理コンテスト
結果発表 & 受賞レシピブック

主催：一般社団法人日本ジビエ振興協会 協力：辻調理師専門学校・エコール 辻 東京
本コンテストは、農林水産省「鳥獣利活用推進支援事業」の一環として実施されるものです。

コンテスト概要と審査基準

ジビエとは、フランス語で、狩猟によって捕獲された野生鳥獣のことを指します。日本でも2016年に「鳥獣被害防止特措法」が改正され、捕獲された野生鳥獣は食肉として積極的に利活用されるべきものと明確に位置づけられました。ジビエは家畜にはない風味や滋養のある魅力的な食材です。

このコンテストでは、安全で美味しく親しみやすいメニューをご提案いただき、ジビエをより日常的な食材として普及していくことを目的としています。

■メイン食材

国産のイノシシ肉またはシカ肉

※厚生労働省のガイドラインに則って営業許可を得た食肉処理加工施設から購入するなど、安全性の確保されたイノシシ肉、またはシカ肉の使用を必須とします。食肉処理加工施設リストは日本ジビエ振興協会HP参照

(<http://www.gibier.or.jp/rule/facility/>)

■募集テーマ

多くの人に提供できるジビエを使った安全で美味しい料理

■応募条件

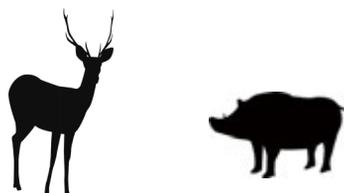
1. 国産のイノシシ肉またはシカ肉、もしくはその両方を使用した料理のレシピであること。
2. 4人前の主食あるいは主菜として成り立つ料理で未発表のレシピであること。
3. 和・洋・中のジャンルは問いません。また、応募数に制限はありません。
4. 食材費に特に上限は設けませんが、「ジビエをより日常的な食材として普及していく」というこのコンテストの主旨に添う価格設定であることが求められます。
5. 調理時間は、仕込みや盛り付けを含め、120分を目途とします。
6. 入賞時には、一定期間、飲食店等で、食品として一般の方に提供すること。
(万一、一般の方に提供できない場合は、レシピの公開を必須とします)

■応募資格

プロに限定しませんが、上記の「募集テーマ」および「応募条件」を満たすことを前提とします。

■審査方法

書類審査で20レシピを選出し、レシピを忠実に再現して実食審査を行い、上位3賞を決定します。再現は審査委員会で行い、審査はブラインド方式で行われます。



■審査項目および基準

以下の基準に沿って、審査委員会によって、応募された料理の名前・材料・作り方・アピールポイント・仕上がり写真などに基づいて、審査を行います。

1. 食材理解（10点）

ジビエ肉のおいしさの特長（肉質、風味等）を理解し、それを十分に生かしているか

2. インパクト（10点）

驚きや感動を与えるなど、お客様に料理として強い印象を残す要素はあるか

3. 再現性（10点）

誰でも同じように作れるような再現性が料理レシピにはあるか

4. 栄養知識（10点）

使用するジビエ肉に含まれる栄養成分に応じて、食べ合わせのよい食材と組み合わせているか

5. 食品安全（10点）

ジビエを安全に食べるため、加熱の手順と使用する熱源の種類、加熱温度、加熱時間、肉の仕上がり状態など、加熱方法と加熱完了の目安が明確に示されているか

6. 喫食促進（10点）

上記以外にジビエ肉の喫食を促進するような工夫やアイデアが盛り込まれているか

7. ジビエ使用部位（40点）

①国産ジビエ認証制度のシカ・イノシシのカットチャートを元に、各部位をA・B・Cの3つのカテゴリーに分類します。

②レシピで使用される肉の総重量中のA・B・Cの利用状況に応じて得点を付与します。シカ・イノシシ以外の肉を併用する場合も、これを含めた肉の総重量中のA・Bの使用割合で得点を付与します。

③骨の使用に関しては、料理の味に対してその有効性が認められる場合は加点します。



審査項目等の詳細は
コンテスト専用HPを
ご参照ください。



鹿肉のビビンパと スネ肉のスープ

岐阜県 飛騨猟友会 清見支部
上屋 薫里 様



材 料 名		分 量	
鹿スネ肉		440 g	
スネ肉を骨から外した際の骨や残骨(※なくても良い)		2〜3本程度	
まいたけ		1/2株	
ほうれん草		1束	
豆もやし		1袋	
パプリカ		1/2個	
卵白		1個分	
白ごま(炒りごま)		適量	
糸唐辛子		適量	
油		大さじ1	
酒		大さじ1	
精米		2合	
水		適量	
【A】 そぼろ	しょうゆ	大さじ1	
	砂糖	大さじ1	
	コチュジャン	大さじ2	
	にんにくすりおろし	小さじ1/2	
	しょうがすりおろし	小さじ1/2	
【B】 ナムル	ごま油	大さじ3	
	塩	小さじ1/2	
	しょうゆ	大さじ1	
	砂糖	小さじ1/4	
スープ	セロリ	10 cm	
	しょうが(半分に切る)	1片	
	にんにく(たたく)	1片	
	長ねぎ(1/2本は長いままスープに入れる。入らない場合は鍋に入る大きさに切る。残り1/2本は小口切りにしてスープに)	1本	
	乾燥わかめ(水で戻しておく)	適量	
	塩	適量	
	こしょう	適量	
	しょうゆ	適宜	
	温泉卵 ※写真では卵黄(生)を使用		1個

◆ 作り方 ◆

- ① 米を研ぎ、炊飯器の目盛に合わせた水を入れて炊く。
- ② フードプロセッサーでスネ肉を粗めのミンチにし、(包丁でたたいて粗みじんにしてもよい)240 gと200 gに分けておく。
- ③ まいたけをみじん切りにし、240 gのミンチ肉と酒大1を混ぜ合わせておく。
- ④ 鍋に残りの200 gの肉と卵白を入れよく混ぜ合わせておく。
- ⑤ 熱湯を沸かし(分量外)、骨に回しかけ汚れを落としておく。
- ⑥ ④に、水1.5 Lと、⑤、ねぎ1/2本、しょうが、にんにく、セロリを入れ、火にかけて木べらで底を混ぜる。
- ⑦ 煮立ってきたら中心に穴をあけ弱火にし、1時間煮込む。

【そぼろ】

- ⑧ 熱したフライパンに油大1をひき、③を中火で炒める。
- ⑨ ミンチ肉に火が通ってきたら出てきた水分をキッチンペーパーで拭き取る。
- ⑩ 水分が出なくなるまでしっかりと炒め、Aを加える。全体に行きわたったら火を止め、皿に移しておく。

【ナムル】

- ⑪ ほうれん草は茎に十字に切れ込みを入れ熱湯でさっと茹でた後冷水にとり3 cmほどに切る。パプリカは薄くスライスし、熱湯にさっとくぐらせておく。豆もやしは、熱湯で3分程茹でる。
- ⑫ Bを混ぜ合わせ、3つに分けそれぞれに混ぜ合わせておく。

【スープ】

- ⑬ 1時間後スープをキッチンペーパーでゆっくり濾し、鍋に入れ火にかける。わかめ、小口に切った長ねぎ1/2を入れ、塩、こしょう、しょうゆで適宜味を調える。

【盛り付け】

- ⑭ 炊きあがったごはんナムルを3種、その上にそぼろをのせ、白ごまを振りかける。中央にくぼみをつくり温泉卵をのせ、糸唐辛子をのせる。

山の幸 鹿焼売 鹿汁あんかけ

都城グリーンホテル
小倉 英隆 様



◆ 作り方 ◆

- ① 鹿カタ肉を骨、筋、赤身に分ける。
- ② 骨をサッと熱湯でポイルし、ザルにあげ良く洗う。骨の真ん中をハンマー等で割り髓を出す。
- ③ 水を鍋に張り、生姜、深葱の青い部分と一緒に②、筋もその鍋に入れ、火を付け沸かす。沸いたら火を弱火にして灰汁を丁寧に取り除く。約1時間煮だして、シノワで濾す。うち、4人分使用量120mlのみ別鍋に取り、残りは真空パック冷凍保存する。
- ④ 玉ねぎ、深葱の白い部分はそれぞれみじん切りにし、同じボウルに入れ片栗粉をまぶし絡めておく。
- ⑤ 赤身はミンチにかける。その際、鹿肉が乾燥しないようにピーナッツオイルを鹿肉に混ぜ合わせておく。ボウルにミンチ肉100g、上白糖4g、食塩1.5g、紹興酒6.5ml、キッコーマン5ml、ごま油2.5g、オイスターソース2.5gを入れ良くこねる。赤身ミンチの残りは、真空パック冷凍保存する。
- ⑥ ⑤の中に、④の玉ねぎ、深葱を入れさらに混ぜ合わせる。
- ⑦ 椎茸の石づきを切り外し、はけで裏面に片栗粉を付ける。(分量外) その椎茸裏面に練り上げた⑥を山型にこんもり乗せる。それを冷蔵庫で一度休ませておく。
- ⑧ 人参は細い千切りにする。水にさらして、水気をよく切っておく。
- ⑨ オレンジは飾り用に薄く半月スライスしておく。
- ⑩ パセリはみじん切りにする。
- ⑪ ③の鹿出汁に薄口醤油10ml、紹興酒10ml、上白糖3g、で味付けし水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ⑫ ⑦の椎茸鹿焼売を約90度温度のコンベクションオーブンで10分蒸しあげる。
- ⑬ 皿に⑨のオレンジを飾り、⑪の焼売を盛り付ける。その上から⑩のあんをかけて、⑧の人参、⑩のパセリをあしらう。

材 料 名	分 量
鹿カタ肉	
うち、赤身肉使用分	100 g
うち、骨使用分	330 g
うち、筋使用分	300 g
水	4 ℓ
深葱 (青い部分)	25 g
深葱 (白い部分)	10 g
生姜	15 g
椎茸	8 個 (1個あたり15 g)
ピーナッツオイル	75 g
玉ねぎ	50 g
上白糖	4 g
食塩	1.5 g
紹興酒	6.5ml
濃口醤油 (キッコーマン)	5ml
ごま油	2.5 g
オイスターソース (李錦記)	2.5 g
片栗粉	14 g
薄口醤油 (宮崎産の早川醤油)	10ml
紹興酒	10ml
上白糖	3 g
人参	10 g
パセリ	10 g
オレンジ	1/2個
水溶き片栗粉	片栗粉3~4g、 水8cc

鹿肉のクスクス

ヒカリキッチン
木戸 悠輔 様



材 料 名	分 量
鹿スネ肉、スジ肉	600 g
クミン (ホール)	大きじ1と1/2
コリアンダー (ホール)	大きじ1/3
鷹の爪	1本
ニンニク	3片
オリーブオイル	適量
玉ねぎ	1個
トマト水煮缶	400 g
鹿肉の煮汁	400ml
塩	適量
ジャガイモ (中)	1個
ナス (中)	4本
オクラ	1本
ズッキーニ	1本
ヒヨコマメ	一つかみ
クスクス	400 g
水	適量
ハリッサ (なければタバスコ)	適量
オリーブオイル	適量
ブラックペッパー	適量

◆ 作り方 ◆

① ヒヨコマメは一晩水に浸しておく。玉ねぎは1cm角に、ジャガイモ、ナス、オクラ、ズッキーニは一口大にカットし、ニンニクは包丁の背でつぶしておく。

② 圧力鍋に大きめの一口大にカットしたスネ肉とスジ肉と塩ふたつまみを入れ、水をひたひたに注ぎ強火にかける。沸いてくるとアクがどんどん出てくるので火加減を調節しながらエキュメする。アクが出なくなれば蓋をして、圧がかかってから弱火で45分炊く。

③ シチューを作る。鍋を五徳に引っ掛けるように傾けて、隅にオリーブオイル、ニンニク、クミン、コリアンダー、ちぎって種を抜いた鷹の爪を入れごく弱火で香りを出す。ニンニクが色づき、スパイスから出る泡が少なくなったらタマネギを加えて中火で炒める。タマネギが色づきかけたら、トマトの水煮を手で潰しながら加える。そこに②の煮汁とヒヨコマメ、塩を入れて20分程、ヒヨコマメが少し柔らかくなるまで煮込む。

④ 3の鍋にジャガイモと②の鹿肉を加えジャガイモが柔らかくなってきたら、ズッキーニとオクラを加えしばらく炊き、素揚げしたナスを加え、塩で味を調え少しだけ炊く。

⑤ クスクスに④の煮汁400mlと水300mlを加え中火で炊く。味が薄いようなら塩を足す。木べらで混ぜながら5分程炊き、水分が無くなってきたら蓋をして火を止め蒸らす。クスクス単体で食べたときに少し頼りないぐらいの塩分に仕上げる。

⑥ 皿に⑤のクスクスをよそい、上から④のシチューをかける。お好みでハリッサ (なければタバスコでも)、オリーブオイル、ブラックペッパーを加えて混ぜながら食べる。

入賞発表

料理名	ジャンル 位置づけ	応募者 (敬称略)	所属
シカとイノシシのアッシパルマンティエ、森の恵みと共に	洋食・主菜	植竹 祐介	セントラファエロチャペル銀座
シカアップル	洋食・主菜	水野 源太	ル・プランタン
チーズとろけるIAT (イノシシ・アボカド・トマト) バーガー	洋食・主食	福本 克明	ホテルオークラ神戸洋食調理課
猪のすね肉を使った栄養たっぷり、 熱々ミートソースドリア	洋食・主食	小倉 一紀	(株)白浜エンタープライズインフィニート ホテルアンドスバ南紀白浜
鹿肉の香草ソテー ガレットロール	洋食・主食	佐々木 妙子	(有) さんさんファーム
ピリッと辛い！ 鹿肉の四川風麻婆豆腐	中華・主菜	大西 哲也	合同会社Teamsupport 料理うまいBarCOCOCORO西調布店
猪肉の甘煮とアボガドのポキ丼	和食・主食	戸松 淑朗	創生なかがわ(株)
猪天	和食・主菜	磯野 勇	創生なかがわ(株)
鹿肉と栗のパイ包み ブルーベリーソース	洋食・主菜	富野 拓	福岡キャリアリー製菓調理専門学校
シッカリ満腹パスタ	洋食・主食	有年 大輔	
イノシカ雑穀ボール	洋食・主食	太田 信子	農園カフェ ラビット
サモサでおい鹿ー	洋食・主菜	加納 浩一	リゾート・トラスト株式会社 グランドエクシブ鳴門
～骨まで愛して～ ジビエ まるごと ペンネ	イタリア料理・ 主食	佐藤 洋子	
ハーブ香るケーキ仕立ての鹿シチュー ベリーソースとナッツクラスト	洋食・主菜	江副 台輔	藤田観光株式会社 箱根小涌園 天悠
里芋と冬野菜のガレット 鹿ミートラグーソース	洋食・主菜	三村 保則	フランス地方料理MOMOKA
トロ～リ♪ジビエの薬膳風スープ	その他(中国 薬膳料理)・ 主菜	佐藤 洋子	
チーズたっぷり！ 鹿肉とほうれん草のキッシュ	洋食・主食	柴田 春菜	ホシザキ東海株式会社

応募総数：93レシビ

沢山のご応募、誠にありがとうございました！





一般社団法人

日本ジビエ振興協会
Japan Gibier Promotion Association