

# シカケバブ

\*シカのミンチ肉にガーリックの効いたトマトソースをあわせてケバブ風に仕上げました。  
 お好みに玉ねぎなどの野菜のみじん切りを加えたりハーブやスパイスを効かせてソーセージ風にしたりと、アレンジが可能です。

\*トマトのうまみ成分は昆布と同じグルタミン酸。和の調味料とも相性が良いので、つくねのように餡をかけて仕上げることも可能です。



## 材料

シカ（ひき肉）-----500g  
 カゴメトマトガーリックソース---80g  
 塩-----小さじ1  
 こしょう-----少々  
 サラダ油（またはオリーブ油）

<カレー風味のオーロラソース>  
 カゴメトマトケチャップ 3  
 マヨネーズ 2  
 カレー粉 少々（ごくわずか）

## 作り方

- ①ボウルにひき肉、塩、トマトガーリックソースを入れて粘りがでるまでよく混ぜ合わせる。  
細長くなるように成形する。  
（手に水や油をつけると成形しやすいです）
- ②フライパンに油を熱し、①を中火で両面焼く。焼き色がついたらふたをして弱火にし、中までしっかりと火を通す。
- ③お好みに串をさし、ソースをそえる。

## ポイント

## 使用カゴメ製品



### 【カゴメトマトケチャップ】

カゴメトマトケチャップは、トマト・糖類・お酢・食塩・たまねぎ・香辛料だけでつくられています。着色料、保存料は使用していません。カゴメトマトケチャップはトマトがちがいます。いつも食べているトマトとはちがうカゴメが選んだケチャップ用のトマト。夏の畑で真っ赤に完熟させてから使用しています。

### 【トマトガーリックソース】

ガーリックがたっぷり入ったトマトソースです。チキンソテー等の肉料理に、フライドポテトやから揚げなどのおつまみ料理にかけるだけで、メニューが美味しく鮮やかに仕上がります