



鹿肉の旬は夏です！



鹿の主食である木の芽が芽吹き、葉が茂る春から秋が、鹿肉の旬です。

良質なたんぱく質を含んだ若芽は、栄養が豊富で、鹿が好んで食べます。よって、この時期の鹿が美味しいとされています。



鹿肉の栄養

鹿肉は牛肉と比べて脂質は約1／6、カロリーは約1／2です。また、貧血予防の働きがある鉄分、疲労回復を促すビタミンB群が豊富です。

夏におすすめ、鹿肉料理をご紹介します

鹿肉のキーマカレー、鹿肉のサラダ、鹿バラ寿司等のレシピ動画も配信中です！

中丹認証ジビエとは

捕獲から流通に至る衛生管理基準等を満たした施設で、消費者の皆様にジビエを安心して食べていただけるよう生産されています。