

シカニクミンチノソボロシグレ煮 鹿肉ミンチのそぼろしぐれ煮

材料 (4人前)

材料名	分量
鹿肉ミンチ	200g
サラダ油	大さじ1
ショウガ	2カケ
酒	1/4カップ
砂糖	大さじ2
みりん	大さじ1
醤油	大さじ2・1/2

作り方

調理時間 〈目安〉15分

1. ショウガはみじん切りにして、サラダ油で炒めます。ショウガの香りがしてから鹿肉を入れほぐしながら炒めます。
2. 1に酒、砂糖を加えてから醤油を加えて炒め、仕上げにみりんを照りを出します。



アピールポイント

- ※味を濃くすると保存期間を長く出来ます。
- ※ご飯にかけても混ぜてもよし！
- ※おにぎらずの具にも最適です！
- ※オムレツの具でもどうぞ。