

## 16 シカ肉焼きそば (日高川町生活研究グループ川辺支部)

### 【材料】 5人分

鹿肉	300g~400g	かつお節	少々
キャベツ	1/4ヶ	青のり	少々
もやし	1袋	紅しょうが	少々
生そば麺	5袋	塩こしょう	少々
塩こうじ	少々	おたふくソース	
		油	少々

### 【作り方】

- ① 鹿肉に塩こうじをまぶし30分程おく。
- ② フライパンに油をひき、うす切り鹿肉を食べやすい大きさに切って炒め、次に野菜を炒める。麺を入れ、塩、こしょう、おたふくソースで好みに味付けする。
- ③ 器に盛り、かつお節、青のり、紅しょうがをちらす。

☆肉と野菜を炒めた時に下味を付けておくと味がよくしみて美味しいかも。