

22 鹿肉みそ

(日高川町生活研究グループ美山支部)

【 材 料 】

鹿肉ミンチ肉	500g	酒	大さじ8
細ネギ(小口切り)	1握	砂糖	大さじ8
しょうが(すりおろし)	小さじ1	ゴマ油	大さじ1
味噌	大さじ6		

【 作 り 方 】

- ① フライパンにゴマ油を熱し、鹿肉ミンチを入れてよく炒める。
- ② 肉の色が変わったら、ネギ、ショウガ、みそ、酒、砂糖を順に加え混ぜ煮詰める。
- ③ ネギがしんなりし、全体になじんだら強火にし、水分をとばす。

※ 好みでトウガラシやニンニクを加えてもおいしい。