

ジビエ初心者にも、ぜひ挑戦してほしい。

いのしし料理レシピ 中讃版

目次



ひき肉で作ろう

- ・アスパラとしし肉すぼろのおにぎり 1P
- ・しし肉のコロッケ 2P
- ・ヤーコンとしし肉の春巻き 3P
- ・イノシシ肉のとうふハンバーグ 4P
- ・ジビエソーセージのホットドック 5P
- ・ジビエソーセージのアメリカンドッグ 6P



薄切り肉で作ろう

- ・アスパラと人参のしし肉巻き 秘伝のタレ風 7P
- ・ゴボウのイノシシ肉巻き 8P
- ・イノシシ肉の野菜巻き 9P
- ・イノシシ肉の串カツ 10P
- ・あやがわドッグ 11P
- ・あやがわ彩り酢ぼたん 12P



ばら肉で作ろう

- ・しし汁 13P
- ・しし肉とジャガイモの千切り炒め 14P



ごあいさつ

私たち生活研究グループは、農山漁村に暮らす女性たちが中心となって、食と農を通じた次世代への伝承活動に取り組んでいます。

令和4年度からは、“鳥獣被害対策とその活用”を活動テーマに、私たちに何ができるのかを考え、これまで培ってきた経験を生かして「イノシシ肉」を美味しくいただくためのレシピ集を作成しました。

初めてイノシシ肉に触れる方、若い世代の方にも、鳥獣被害の対策やジビエの魅力を知る切っ掛けとなりましたら幸いです。

