



材料／分量



鹿肉ミンチ / 300g
 じゃがいも / 300g
 ごま油 / 小さじ1/3
 カレー粉 / 少々
 卵 / 1個
 小麦粉 / 適量
 パン粉 / 適量
 醤油・調味料 / お好み

① 鹿肉ミンチ

- ・鹿だけだと脂身がないので豚と合挽にするか背油を入れる
- ・軽く炒めて火を通しておく

② じゃがいも

- ・軽く切って濡らしたペーパータオルをかぶせレンジで加熱8分
- ・皮をむいてマッシャですりつぶす

！ヒント
 温かいうちに
 皮をむくと楽

③ ミンチとじゃがいもでたねづくり

- ・①②を合わせてたねを作る
- ・カレー粉と塩コショウ・ごま油で下味をつける
- ・醤油・調味料はお好みで

④ 揚げる

- ・③をコロツケ大に成型して小麦粉を表面に着ける
- ・卵液にくぐらせる
- ・パン粉をつけて180度で揚げる

〈メ モ〉

丹波山村商工会
 女性部

TEL0428-88-0444