

鹿の心臓とレバーのロースト ぶどう添え

■材料 (2~3人分)

- 鹿の心臓……1/2 個
- 鹿のレバー……1/2 個
- 塩……心臓とレバーの重量の 1%程度
- バター……10g 程度
- サラダ油……大さじ 1 程度
- ぶどう (巨峰、ピオーネなど) ……1 房
- バルサミコ酢……大さじ 2



■作り方



1. 鹿の心臓とレバーに塩をまぶし、サラダ油を入れて中火にかけたフライパンで、表面に焼き色がつくまで焼く。
2. すぐに火を止めてフタをし、そのまま 15 分ほど放置する。そのあととろ火にかけて、中心が 60℃ぐらいになるまで、じっくりと火を通す。



3. フライパンを洗い、バターとぶどうを入れ、ぶどうがやわらかくなるまで炒める。



4. 火を止めて 2 を加えて味をなじませる。
5. 鹿の心臓とレバーをスライスし、3 を添えて供す。

鹿肉の赤ワイン煮込み

■材料 (3~4人分) *鶏肉や豚肉で作っても美味

- 鹿肉 (筋の多い部分) ……800g 程度
- 赤ワイン……1本
- 塩……鹿肉の重量の1%程度
- ローリエ……1枚
- クローブ……2~3個
- ジュニパーベリー……5~6粒
- 黒こしょう……5~6粒
- 玉ねぎ……1個
- ベーコン……50g
- ニンジン……1本
- 小麦粉 (強力粉) ……適宜
- サラダ油……適宜



■作り方



1. 鹿肉は細く切り、クローブ、ジュニパーベリー、黒こしょうとともに赤ワインに浸 (つ) けて一晩おく。



2. 鹿肉と浸け汁を別にし、肉に塩をして強力粉をはたく。フライパンにサラダ油を入れて弱めの中火にかけ、そこに肉を入れて表面に焼き色がつくまで焼く。



3. 煮込み用の鍋に短冊に切ったベーコンを入れて弱火にかけて炒め、香りが出たら、2の鹿肉、乱切りにした玉ねぎとにんじん、肉の浸け汁を加えて弱火にかける。



4. 沸騰したら出てきたアクをていねいに取り除き、底が焦げ付かないようにときどき混ぜながら、肉がやわらかくなるまで3時間ほど煮込んで完成。

鹿肉の赤ワインマリネ

■材料 (3~4人分)

- 鹿肉 (もも肉、ロース肉など) ……300g 程度
- 塩……鹿肉の重量の 3%程度
- 赤ワイン……400ml 程度 (肉が浸かる量)
- クローブ……2~3 個
- ジュニパーベリー……5~6 粒
- 黒こしょう……5~6 粒



■作り方



1. すべての材料を混ぜて肉を浸 (つ) ける。
2. 一晩たったら、スライスして供す。3~4 日漬けてから、冷暗で風通しのよいところに干し、軽く水分を抜いてから食べてもよい。