

## ☆ジビエ料理コンテスト レシピ作成のポイント☆

レシピ応募にあたって、よくある不備や確認いただきたいポイントをまとめました。  
応募シート記入サンプルもありますので、ご応募の前にぜひご覧ください！



### ●記入漏れに注意！

応募部門、メイン食材、料理の位置付け(主食 or 主菜)、ジャンル(和・洋・中・その他)など、  
記入漏れがないようにご注意ください。

応募部門 <small>いずれかに○を してください</small>	○店で食べたいジビエ料理部門 ・ おうちで食べたいジビエ料理部門
1. メイン食材 <small>いずれか、あるいは両方に ○をしてください</small>	○シカ ・ イノシシ
フリガナ	シカスライスニクトヤサイノオイスターソースイタメ 鹿スライス肉と野菜のオイスターソース炒め
2. 料理名	<small>※関連審査項目：独創性、汎用性など</small>
3. ジャンル 位置づけ <small>いずれかに○を してください</small>	①ジャンル : 和食 ・ 洋食 ・ ○中華 ・ その他( ) ②位置付け : ○主菜 ・ 主食

### ●材料に抜けはありませんか…？

「材料に記載があるのに作り方に出てこない…」  
「作り方に出てくるのに材料に記載がない…」  
といった不備が多くあります。応募前にもう一度、ご確認をお願いします！

### ●シカ肉・イノシシ肉は、食肉処理業の許可を得た処理施設のお肉を使用してください。

「ハンターが獲ったものを直接購入」はNGです。

必ず、食肉処理業の許可を得た処理施設のお肉を使用してください。

(購入先例)

▼国産ジビエ認証のお肉販売リスト

[https://www.gibier.or.jp/wp-content/uploads/2023/07/2023\\_0706\\_list.pdf](https://www.gibier.or.jp/wp-content/uploads/2023/07/2023_0706_list.pdf)

▼EC サイト「HELLO！ジビエ」

<https://event.rakuten.co.jp/area/japan/gibier/2020/>



次のページに続きます

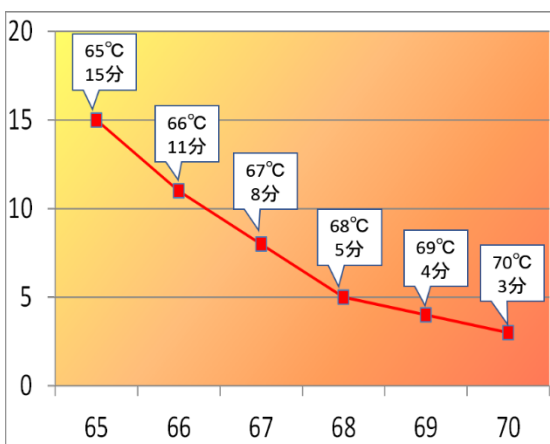
## ●安全なレシピのポイント

ジビエ料理コンテストでは、厚生労働省が発表している「野生鳥獣の衛生管理に関する指針(ガイドライン)」を基準に審査をします。ポイントを2つご紹介します。

### ①肉の中心温度が75℃に達してから1分間、またはそれと同等の加熱をする！

「同等」については、「65℃15分」～「75℃1分」の温度帯が示されています。  
低温調理のレシピについては、「65℃15分」が最低温度での加熱条件となります。  
(この加熱条件を満たしていない場合は、審査対象外となります。)

《図:「中心温度 75℃1分間以上またはこれと同等以上の加熱」の相関関係を表したグラフ》



温度(°C)	時間(分)
65	15
66	11
67	8
68	5
69	4
70	3
71	—
72	—
73	—
74	—
75	1

参考:厚生労働省「野生鳥獣の衛生管理に関する指針(ガイドライン)」

<https://www.mhlw.go.jp/content/001112824.pdf>

※11 ページ 第5(3)参照

参考:厚生労働省「食肉の加熱条件に関する Q&A」

<https://www.mhlw.go.jp/content/11130500/000365043.pdf>

### ②シカ・イノシシの内臓の使用は NG

ガイドラインでは「肉眼的に異常が認められない場合も、微生物及び寄生虫の感染のおそれがあるため、可能な限り、内臓については廃棄することが望ましい。」とされています。

(シカ・イノシシの内臓を使用したレシピは、審査対象外となります。)


参考:厚生労働省「野生鳥獣肉の衛生管理に関する指針(ガイドライン)」

<https://www.mhlw.go.jp/content/001112824.pdf>

※8ページ(1)① 参照

## 「第8回ジビエ料理コンテスト」応募シート

<b>応募部門</b> いずれかに○を してください	<input checked="" type="radio"/> お店で食べたいジビエ料理部門 ・ <input type="radio"/> おうちで食べたいジビエ料理部門
<b>1. メイン食材</b> いずれか、あるいは両方に ○をしてください	<input checked="" type="radio"/> シカ ・ <input type="radio"/> イノシシ
フリガナ	シカスライスニクトヤサイノオイスターソースイタメ
<b>2. 料理名</b>	鹿スライス肉と野菜のオイスターソース炒め ※関連審査項目：独創性、汎用性など
<b>3. ジャンル 位置づけ</b> いずれかに○を してください	①ジャンル       ： 和食 ・ 洋食 ・ <input checked="" type="radio"/> 中華 ・ その他(        ) ②位置付け     ： <input checked="" type="radio"/> 主菜 ・ 主食

<b>4. 仕上り 料理写真</b>	
------------------------	---

5. 材料 (4人分)	材料名		分量
		シカ肉(部位:シンタマ、3mm 厚スライス)	
	タマネギ		1 個
	ニンジン		1 本
	ピーマン		3 個
	パプリカ赤		1 個
	パプリカ黄		1 個
	【★肉の調味液】		
	★塩		★5 g
	★砂糖		★7 g
	★サラダ油		★30ml
	★酢		★15ml
	★片栗粉		★10g
	オイスターソース		80g
	砂糖		40g
	醤油		8g
	水		40ml
	塩		少々
	水溶き片栗粉		8g
	サラダ油		適量
	<p>※使用する食材と分量はできるだけ具体的に記述してください。            ※地域性の高い食材を使用する場合は、一般家庭でも手に入りやすい食材（代替食材）を併せて記載してください。            ※関連審査項目：独創性、汎用性など</p>		
	材料費 (4人分)	1,800 円 ÷ 4	= 450 円

<p>6. 作り方</p> <p>具体的な調理工程</p>	<p>1. 鹿肉は、下味の調味料（★）を加え混ぜ、10分程度なじませる。</p> <p>2. 片栗粉を加え混ぜ、フライパンにサラダ油を少量ひき、①の鹿肉を広げて焼く（中火で肉の両面に焼き色がつく程度）。</p> <p>3. 野菜は一口大に切っておく。</p> <p>4. フライパンにサラダ油を加え、3の野菜を中火で焼き色がつくまで炒める。</p> <p>5. 2の鹿肉を加え、オイスターソース、塩、胡椒で味を調えたら、水溶性片栗粉を加える。</p> <p>6. 器に盛りつけ完成。</p> <p>※使用する熱源の種類・加熱温度・加熱時間・仕上がり状態など、加熱方法と加熱完了の目安を必ず具体的に明記してください。（例：「フライパンで中火にかける」「180℃に設定したオーブンでx x分加熱」「肉の全体にこんがりと色が付くまで炒める」等）</p> <p>※第三者がレシピを見て作り方を理解できるよう、料理するうえでのポイントやコツも併せて記入してください。</p> <p>※地域性の高い食材については代替食品での調理で対応となる可能性があります。</p> <p>※関連審査項目：独創性、安全性、汎用性など</p>	
	①調理時間	40分
	②中心温度75度で一分間、またはそれと同等の加熱ができていますか？	(はい)・ いいえ
	③食肉処理業の許可を得た処理施設のお肉を使用していますか？	(はい)・ いいえ

【ご参考資料：ジビエの加熱や仕入れに関する注意点】 <https://www.gibier.or.jp/rule/>

【中心温度75℃1分と同等の加熱殺菌の条件について】

65℃15分、66℃11分、67℃8分、68℃5分、69℃4分、70℃3分、75℃1分

7. アピールポイント

ご家庭でも扱いやすいスライスのシカ肉を使い、たっぷりの野菜で彩り豊かに仕上げる一品です。

高温で炒めると固くなりがちなシカ肉ですが、下味をつける際にサラダ油を使用することで、フライパンで簡単にしっとりと仕上げるができます。薄切り肉ですので、肉の中心部まですぐにしっかりと加熱ができます。

赤身がちな肉質であるシカ肉には鉄分が多く含まれています。ピーマンやパプリカに多く含まれるビタミンCは、ビタミンCの吸収効率を高める働きを持つため、ぴったりの副食材だと考えました。

栄養素のみならず、シャキシャキの食感も楽しめてメインのおかずとして満足感を高めます。

漬け込みの少しのひと手間で簡単においしくできるこのレシピを、ご家庭で楽しんでいただきたいと思います。

※「ジビエ料理としての創意工夫や獨創性」、「組み合わせる食材によってジビエのもつ栄養成分を引き出すなどの工夫」、「ジビエ料理を通じて、地産食材を生かす、地元農家や地域住民と協力する、鳥獣被害対策等の地域課題の解決をめざす等の社会貢献の視点」をアピールしてください。  
 ※関連審査委項目：獨創性、社会貢献など

フリガナ	ジビエタロウ				
応募者氏名	ジビエ 太郎	性別	男	年齢	51 歳
職業など	料理人、会社員、栄養士、 専門学生、高校生、主婦・主夫 など	会社名 店名 学校名 など	料理人の方は店名、 学生の方は学校名など		
連絡先	〒392-0012 長野県諏訪市四賀飯島 2315-5 飯島 T ビル 2 階	電話	XXX-XXXX-XXXX		
		FAX	XXXX-XX-XXXX		
		Eメール	XXXX@XXXXXXXX		
レシピ公開の可・不可 (入賞レシピについて、 web 等で公開させていただきます。)		可			

※電話・Eメールなどは日中確実に連絡がつくものを明記してください。