

食肉惣菜創作発表会佐賀県大会参加作品

7	ふりがな 氏名	やまぐち ゆうき	年齢	28歳	
		山口 雄生	職業	学生	
学校名	西九州大学佐賀調理製菓専門学校				
ふりがな 作品名	和風 佐賀牛メンチカツ				
作品の特徴 100~150字程度 でまとめて下さい	お惣菜の王道メンチカツを趣向を変えて日本料理の要素が沢山詰まった品に仕上げました。				
使用食肉 部位と量(g) (4人分)	豚肉 部位と量(g)	佐賀牛もも 豚ひき肉 300g	<副材料> 玉ねぎ・ほか 130g	食肉の金額	1200円
	牛肉 部位と量(g)			副材料の金額	500円
	鶏肉 部位と量(g)			合計金額	1700円
副材料 (4人分)	玉ねぎ 1/2 100g 大葉 5~8枚 しょうが 1片(新しょうがじは2片) 卵(タネ) 1個 卵(衣) 1個 パン粉 大さじ4 八丁味噌 大さじ2 塩胡椒 適量 薄力粉 適量	柿の種 適量 油 適量			
作り方	<p>(下ごしらえ) 大葉を細切りにする。生姜を針生姜にする。玉ねぎを粗みじん切りにする。柿の種を袋に入れ綿棒などで叩いて粉々にする。</p> <ol style="list-style-type: none"> ① 玉ねぎ1/2個(100g)を食感が少し残る程度まで炒める。火が通ったらバットなどに広げて冷ます。 ② 佐賀牛合挽肉300gに玉ねぎ、大葉、針生姜、卵1個、パン粉大4、八丁味噌大2、塩胡椒を混ぜ成形する。8等分にして、冷凍庫で冷やす。(形が崩れにくくするため) ③ 衣用に薄力粉、卵、粉々にした柿の種を用意し、この順番で衣を付けていく。 ④ 鍋に油を入れ160度で揚げる。1度引上げ余熱で火を通し、再度180度の油で揚げる。中まで火が通ったら取り出し盛りつける。 ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ ⑩ ⑪ ⑫ 				