

ジビエレシピ集

2024年12月17日



目次

1	冷凍保存	1
2	ジャーキー Jerky	2
3	パンチエッタ Pancetta (塩漬けと乾燥)	4
3.1	ソミュール液に漬け込む方法	4
3.2	塩とハーブをまぶす方法	5
4	サルシッチャ Salsiccia (生ソーセージ)	7
4.1	準備作業	7
4.2	乳化攪拌工程	7
4.3	ラップ工程	8
5	毛皮なめし	9
5.1	ミョウバン鞣し液	9
5.2	毛皮鞣し作業	9

1 冷凍保存

- 肉の重さ総量の2%の食塩を加え、よくかき混ぜてなじませる。この状態で冷凍保存する。
- 解凍後、水に晒し、水気を良く拭き取る。(ジャーキー、ミンチ、ソーセージなどに使う事ができる)



2 ジャーキー Jerky

ジャーキーの漬け込み液 (*1)

しょうゆ	200 ml
焼肉タレ	100 ml
ザラメ (砂糖)	30 g
ウイスキー	200 ml
にんにく	適量
生姜	適量

- 肉の重さ総量 (800 - 1,000g) を (*1) に漬け込み、冷蔵庫で3日間保存する。



- 3日後、水洗し、漬け込み液を完全に水切りして、天日干しする。もしくは、冷蔵庫で乾燥させる。
- 温燻する。



- 天日干しする。もしくは、冷蔵庫で乾燥させる。(数日間)



3 パンチェッタ Pancetta (塩漬けと乾燥)

3.1 ソミュール液に漬け込む方法

ソミュール液(*1) 肉の総量が、500 - 1,000g の場合。

水	500 ml
ウイスキー	200 ml
塩	50 g
砂糖 (ザラメ)	25 g
ハーブ(*2) 総量	5 - 8 g

ハーブ(*2)は、コショウ、クローブ、ローリエ(葉)、パセリ(生、乾燥)、バジル(生、乾燥)、ニンニク、ショウガなど適宜。

- 肉の重さ総量(500 - 1,000g)を(*1)に漬け込み、冷蔵庫で3 - 7日間保存する。
- 3 - 7日後、ソミュール液から取り出し、水洗し、完全に水切りする。
- 鍋で沸騰加熱し、約20分間。上澄のアクをよく掬い取る。



- いったん、肉をザルで打ち上げる。
- 圧力鍋で加圧20分間する。



- 熱が冷めて脱気する。

シチュー、カレーなど煮込み料理で用いても良い。

3.2 塩とハーブをまぶす方法

肉の総量に対する重量 (%)	
塩	3%
砂糖	1.5%
スパイスミックス	0.75-1%

- 塩とスパイスミックスを満遍なく肉の表面にまぶす。



- 袋詰めし、冷蔵庫 (4°C) で3日間保存する。



- 3日後に冷蔵庫から取り出し、表面の滲出液をキッチンペーパーで拭き取る。



- 再び袋詰めし、7 - 14日間、冷蔵庫 (4°C) で保存する。
- 取り出したら、水に浸けて脱塩する。水を数回入れ替える。合計6 - 8時間。



- 脱塩後、表面の水分をキッチンペーパーで拭き取る。

- 肉の表面の筋膜や結合組織を丁寧に剥離し分離する。



- 肉を天日干し、もしくは、冷蔵庫(4°C)で乾燥させる。表面にラップはしない。



- 燻製する。



- 再び、天日干し、もしくは、冷蔵庫で数日間乾燥させる。



4 サルシッチャ Salsiccia (生ソーセージ)

4.1 準備作業

予め、フードプロセッサ容器、バットなどを冷凍庫(-20°C)でよく冷やしておく。また、用いる肉も1時間程度冷凍庫で冷やしておく。肉は、250 gずつ、2盛りに小分けし、冷えた状態でバットに盛り付ける。

ハーブミックス(*1)は、バジル、ローズマリー、パセリなどの生ハーブをまな板上でオリーブオイルを混和させ、よく叩いてみじん切りにしておく。

スパイスミックス(*2)は、コショウ、ヒハツ、クローブ、ニンニク、ショウガ、セージ、タイム、クミンなどの粉末やパウダーを適量用いる。

4.2 乳化攪拌工程

- 挽き肉(250 g)を加える前に、フードプロセッサに氷(100 g)を入れ、かき氷を作る。



- かき氷を器に移す。
- 挽き肉(250 g)を入れ、塩分を全量の、1%となる分量(5 g)を加える。
- 攪拌時、ハーブミックス(*1)、スパイスミックス(*2)を肉全体量(500 g)の1%程度(約5 g)加える。
- フードプロセッサで攪拌させ、乳化させる。
- 途中で数回、かき氷を入れる。
- 温度計で温度を測定し、作業中は2-3 °C以下となるように気を付ける。
- しっかりフードプロセッサで攪拌し、乳化させる。
- 乳化が確認されたら、残りの挽き肉(250 g)を加え、適度な硬さになるまでフードプロセッサで攪拌する。なお、適量のリンゴや玉ねぎ、野菜ピューレを加えても良い。

- 攪拌が終わったら、フードプロセッサ容器から全量を取り出し、ボールに移す。温度を測定しておく。



4.3 ラップ工程

- 50-100 g を計量し、ラップで2重に包む。



- 冷凍保存 (-20 °C) 可能である。



- 冷凍保存後、ラップを開き、乾燥させた後、燻製にすればサラミになる。
- ラップされた状態で、蒸すとソーセージになる。



5 毛皮なめし

5.1 ミヨウバン鞣し液

1頭分、ミヨウバン鞣し液。

水	2.0 L
焼ミヨウバン	50 g
塩	80 g

予め、よく溶かしておく。

5.2 毛皮鞣し作業

注意：腐敗を避けるため、作業途中では冷蔵保存(4℃)する。

- 毛皮を剥離する。冷凍(-20℃)シダニなどの寄生虫を殺す。
- 冷凍保存の後、解凍し、高圧洗浄機で毛皮面、皮下組織面ともによく洗う。



- 水を切った後、皮下組織面に食塩をよくまぶし、2週間程度冷蔵保存(4℃)する。塩の作用で皮下組織(結合組織や脂)が固定、変性する。
- 皮下組織の結合組織や脂肪を鈍な刃物でしっかり剥離する。もしくは、高圧洗浄機で結合組織や皮下組織を洗い飛ばす。



- 毛皮面は中性洗剤を用いて、徹底的に洗浄する。廃液が濁らなくなるまで繰り返す。

- ミョウバン鞣し液に漬け、冷蔵庫(4℃)で保存する。2週間から1ヶ月、鞣し液をよく浸透させる。