

大三島



猪肉の塩ローストおむすび

具材：猪肉

大三島や伯方島で農業被害をもたらすイノシシ。このイノシシを捕獲しその命を最大限活用するために大三島を拠点に活動する「しまなみイノシシ活用隊」。彼らの猪肉は県内外の飲食店シェフからも高い評価を受けています。この猪肉をシンプルに塩ローストし、猪肉の素材を生かした具材のおむすびに仕上げました。

材 料(4人分)

お米……………	3合	★ローストシーズニング ……	3g
シシ肉……………	500g	★赤ワイン ……	10g
国産海苔		★ブラックペッパー ……	10g
		★塩(伯方の塩ブレンドしたもの) ……	5g
		★ローストビーフソース ……	大3

作り方

- ① お米をブレンド塩で塩炊きにする
- ② シシ肉にローストシーズニングと赤ワインをすり込みラップをして一晩おく
- ③ シシ肉の中心温度70度を保ちながら、オーブンで約30分焼く
※ 料理用温度計を肉の中心部に刺し込み何度か取り出し測る
- ④ ③のシシ肉半分を小さく刻み①のご飯とローストビーフソース・ブラックペッパーを混ぜ合わせ三角おむすびを作る
- ⑤ ④のおむすびの中に③の残り半分のシシ肉をブロック状にカットし、おむすびに軽く埋め込み海苔を巻く