

★鹿肉のカツレツオムレツ乗せ

*鹿カツ材料（一人前）

天然鹿モモ肉	1 0 0 g
小麦粉	大 2
卵	1 個
生パン粉	5 0 g
サラダ油	5 0 cc
塩	少々
ブラックペパー	少々
千切りキャベツ	3 0 g
タルタルソース	大 2
トンカツソース	大 1
イタリアンパセリ	1

*オムレツ材料

卵	2 個
塩	少々
ホワイトペパー	少々
生クリーム	小さじ 1

*調理法

- ・鹿モモ肉の筋を取りテンダライザーで繊維を断ち切りミートハンマーで薄く伸ばす。
- ・両面に塩、ブラックペパーを振り下味をつける。
- ・小麦粉、卵、生パン粉の順でパン粉付けをする。
- ・フライパンにサラダ油を引いて強火で165℃まで温め、パン粉付けした鹿肉を揚げ焼きする。
(焦げないように回しながら弱火で火を入れる。)

色がついたら網に乗せ余熱で中まで火を通す。

- ・千切りキャベツの上に、2cm幅にカットした鹿カツをお皿に盛り付け、上にオムレツを乗せる。
- ・タルタルソース、トンカツソースを上からかけてイタリアンパセリを添えて完成。