



ならジビエ



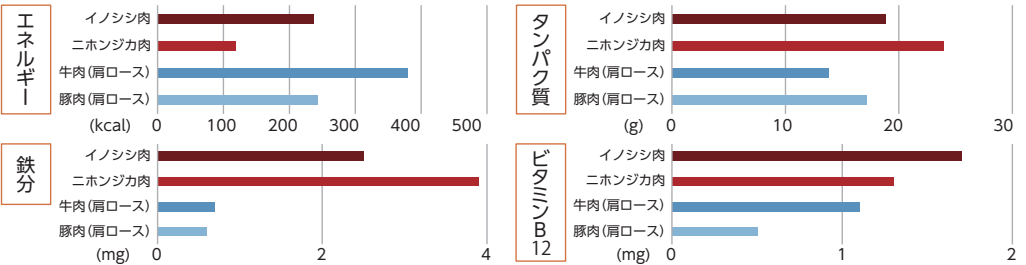
奈良県の豊かな自然のめぐみ

「ジビエ」とはもともとフランス語で狩猟によって捕獲された野生鳥獣やその肉のことを意味します。フランスをはじめとするヨーロッパでは、昔から高級食材として親しまれてきました。日本でもジビエ料理を提供する店が増えています。

奈良県では、県内で捕獲され、食品衛生法等の法令を遵守した施設で食用に処理されたイノシシおよびニホンジカの肉を「ならジビエ」と名付け、農作物に被害を与える野生鳥獣を捕獲するだけでなく、地域資源として有効活用を図る取り組みを行っています。

ジビエの栄養成分

イノシシの肉は、鉄分とビタミンB群を多く含んでいます。ニホンジカの肉は、高タンパク、低エネルギーで鉄分を豊富に含み、ヘルシーな食材です。



※出典：「日本食品標準成分表2020年版（八訂）」文部科学省（100gあたり）

家庭でもできるならジビエ料理

豊かな食と農の振興課HPでは「ならジビエ」を使った料理のレシピを掲載していますので、ご家庭でチャレンジしてみてください。

(URL : <http://www.pref.nara.jp/52161.htm>)



鹿ベジ・バーグ



猪肉と野菜の水餃子鍋

その他料理・レシピ
はこちらから

