

第10回ジビエ料理コンテスト 「調理のポイントと応募シートの記入方法」

調理のポイントと、応募シートのよくある不備や注意事項をまとめました。
応募シートの記入例も、必ずご確認ください。

調理 ポイント

- シカ肉・イノシシ肉は、
食肉処理業の許可を得た処理施設のお肉で調理してください
「ハンターが獲ったものを直接購入」はNGです。
必ず、食肉処理業の許可を得た処理施設のお肉を使用してください。

（購入先例）

▼国産ジビエ認証のお肉販売リスト

https://gibier.or.jp/onlineshop_list/

●安全なレシピのポイント

ジビエ料理コンテストでは、厚生労働省が発表している「野生鳥獣の衛生管理に関する指針（ガイドライン）」を基準に審査をします。
ポイントを2つご紹介します。

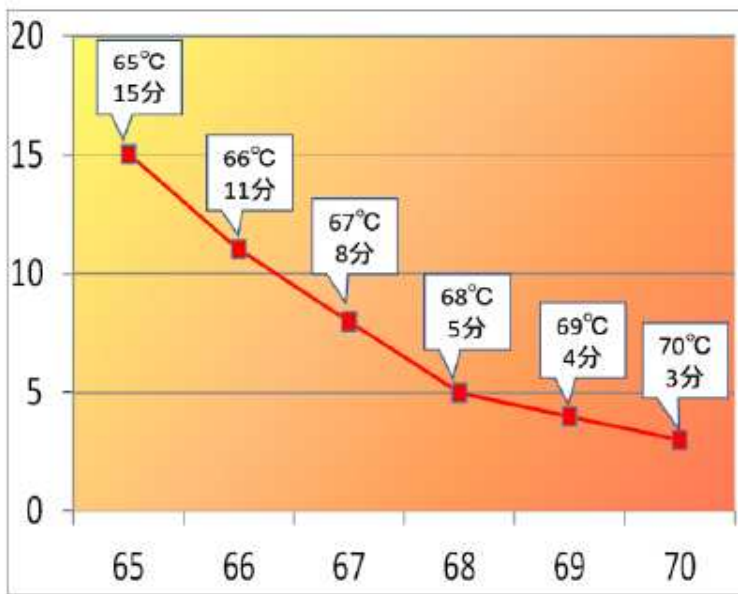
①肉の中心温度が75℃に達してから1分間、またはそれと同等の加熱を
してください！

「同等」については、「65℃15分間」～「75℃1分間」の温度帯が
示されています。

低温調理のレシピについては、「65℃15分間」が最低温度での加熱
条件となります。

★この加熱条件を満たしていない場合は、審査対象外となります。

「中心温度75℃1分間以上またはこれと同等以上の加熱」の相関関係を表したグラフ



温度(℃)	時間(分)
65	15
66	11
67	8
68	5
69	4
70	3
71	－
72	－
73	－
74	－
75	1

参考：厚生労働省「野生鳥獣の衛生管理に関する指針（ガイドライン）」
https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11130500-Shokuhinanzanbu/GLhonbun_1.pdf
※11 ページ 第5（3）参照

参考：厚生労働省「食肉の加熱条件に関するQ&A」
<https://www.mhlw.go.jp/content/11130500/000365043.pdf>

②シカ・イノシシの内臓の使用はNGです！

ガイドラインでは「肉眼的に異常が認められない場合も、微生物及び寄生虫の感染のおそれがあるため、可能な限り、内臓については廃棄することが望ましい。」とされています。

★シカ・イノシシの内臓を使用したレシピは、審査対象外となります。

参考：厚生労働省「野生鳥獣肉の衛生管理に関する指針（ガイドライン）」
https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11130500-Shokuhinanzanbu/GLhonbun_1.pdf
※8ページ（1）① 参照



●記入漏れに注意！

メイン食材、料理の位置付け（主食or 主菜）、ジャンル（和・洋・中・その他）など、記入漏れがないようにご注意ください。

① メイン食材	シカ ・ イノシシ ※いずれか、あるいは両方に○をしてください
フリガナ	
② 料理名	
③ ジャンル	和食 ・ 洋食 ・ 中華 ・ その他（ ）
④ 位置づけ	主菜 ・ 主食

●材料に抜けはありませんか…？

「材料に記載があるのに作り方に出てこない…」「作り方に出てくるのに材料に記載がない…」といった不備が多くあります。

応募前にもう一度、ご確認をお願いします！

●記入例をご確認ください！

◆応募フォームから「応募シート」をアップロードする場合は、①から⑫までを入力してください。

◆「応募シート」を郵送する場合は、①から⑫までのご記入に加え、⑬の応募者情報もご記入のうえ、ご郵送ください。

〒104-0061 東京都中央区銀座2-14-9GFビル2階
(株)STORY内 ジビエ料理コンテスト事務局

記入例「第 10 回ジビエ料理コンテスト」

一般部門応募シート

別紙「記入方法とポイント」をご確認ください。①から⑫までの項目に漏れのないようにご入力（ご記入）をお願いします。

① メイン食材	シカ ・ イノシシ ※いずれか、あるいは両方に○をしてください			
フリガナ	シカスライスニクトヤサイノオイスターソースイタメ			
② 料理名	鹿スライス肉と野菜のオイスターソース炒め			
③ ジャンル	和食 ・ 洋食 ・ 中華 ・ その他（ ）			
④ 位置づけ	主菜 ・ 主食			
⑤ 料理写真				
⑥ 材料 （ 4 人分） ※使用する食材と分量はできるだけ具体的に記述してください。 ※地域性の高い食材を使用する場合は、一般家庭でも手に入りやすい食材（代替食材）を併せて記載してください。	材料名	分量	材料名	分量
	シカ肉（部位：シントマ、3mm 厚スライス） タマネギ ニンジン ピーマン パプリカ赤 パプリカ黄 【★肉の調味液】 ★塩 ★砂糖 ★サラダ油 ★片栗粉	400g 1 個 1 本 3 個 1 個 1 個 ★5 g ★7 g ★30ml ★10g	オイスターソース 砂糖 醤油 水 塩 水溶き片栗粉 サラダ油	80g 40g 8g 40ml 少々 8g 適量
	⑦ 材料費（ 4 人分）	1,800 円		

⑧ 作り方 具体的な調理工程	1. 鹿肉は、下味の調味料（★）を加え混ぜ、10 分程度なじませる。 2. 片栗粉を加え混ぜ、フライパンにサラダ油を少量ひき、①の鹿肉を広げて焼く（中火で肉の両面に焼き色がつく程度）。 3. 野菜は一口大に切っておく。 4. フライパンにサラダ油を加え、3 の野菜を中火で焼き色がつくまで炒める。 5. 2の鹿肉を加え、オイスターソース、塩、胡椒で味を調えたら、水溶き片栗粉を加える。 6. 器に盛りつけ完成。 ※使用する熱源の種類・加熱温度・加熱時間・仕上がり状態など、加熱方法と加熱完了の目安を必ず具体的に明記してください。（例：「フライパンで中火にかける」「180℃に設定したオーブンで x x 分加熱」「肉の全体にこんがりと色が付くまで炒める」等） ※第三者がレシピを見て作り方をわかるよう料理するうえでのポイントやコツも併せて記入してください。 ※地域性の高い食材など、入手困難なものについては代替食品での調理で対応となる可能性があります。						
	<table> <tr> <td data-bbox="400 696 1182 763">⑨ 調理時間</td><td data-bbox="1182 696 1481 763">40 分</td></tr> <tr> <td data-bbox="400 763 1182 842">⑩ 中心温度 75℃ で 1 分間の加熱ができていますか？</td><td data-bbox="1182 763 1481 842">はい・いいえ</td></tr> <tr> <td data-bbox="400 842 1182 913">⑪ 食肉処理業の許可を得た処理施設のお肉を使用していますか？</td><td data-bbox="1182 842 1481 913">はい・いいえ</td></tr> </table>	⑨ 調理時間	40 分	⑩ 中心温度 75℃ で 1 分間の加熱ができていますか？	はい・いいえ	⑪ 食肉処理業の許可を得た処理施設のお肉を使用していますか？	はい・いいえ
⑨ 調理時間	40 分						
⑩ 中心温度 75℃ で 1 分間の加熱ができていますか？	はい・いいえ						
⑪ 食肉処理業の許可を得た処理施設のお肉を使用していますか？	はい・いいえ						
⑫ アピールポイント	ご家庭でも扱いやすいスライスのシカ肉を使い、たっぷりの野菜で彩り豊かに仕上げる一品です。 高温で炒めると固くなりがちなシカ肉ですが、下味をつける際にサラダ油を使用することで、フライパンで簡単にしっかりと仕上げるができます。薄切り肉ですので、肉の中心部まですぐにしっかりと加熱ができます。 シカ肉には鉄分が多く含まれています。ピーマンやパプリカに多く含まれるビタミン C は、鉄分の吸収効率を高める働きを持つため、ぴったりの副食材だと考えました。 栄養素のみならず、シャキシャキの食感も楽しめてメインのおかずとして満足感を高めます。 漬け込みの少しのひと手間で簡単においしくできるこのレシピを、ご家庭で楽しんでいただきたいと思います。 ※「ジビエ料理としての創意工夫や独創性」、「組み合わせる食材によってジビエのもつ栄養成分を引き出すなどの工夫」、「ジビエ料理を通じて、地産食材を生かす、地元農家や地域住民と協力する、鳥獣被害対策等の地域課題の解決をめざす等の社会貢献の視点」など、レシピの魅力をアピールしてください。						

【ご参考資料：ジビエの加熱や仕入れに関する注意点】

https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-11130500-Shokuhinanzendu/GLhonbun_1.pdf

⑬ 応募者情報					
フリガナ	ジビエ タロウ	性別	Ⓐ 男 女	年齢	40 歳
氏名	ジビエ 太郎				
職業	料理人・会社員・栄養士・大学生・ Ⓐ 専門学校生・調理を履修している高校生・ その他 ()	店名・学校名・ その他		調理師専門学校 料理人の方は店名、栄養士の方は施設名、 学生の方は学校名など	
住所	〒111-0000 長野県長野市鹿町 1-1-1			レシピ 公開の 可・不可	Ⓐ ・不可 ※入賞レシピは、不 可の場合も WEB 等で 公開いたします。
電話番号	0000-00-0000				
FAX 番号	0000-00-0001				
メールアドレス	gibier@gibier.com				

電話・メールアドレスは、確実に連絡が取れるものを明記してください。

【応募方法】

- ▼ 「第 10 回ジビエ料理コンテスト」 応募シートをダウンロードします。
- ▼ 応募シートに必要事項を入力します。
- ▼ 料理の写真を貼付します。
- ▼ 以下の方法でコンテスト事務局へ送付します。

● 応募フォームから送付の場合

【アップロード応募はこちら】から応募フォームを開き、所定の項目にアップロードしてください。

● 郵送で送付の場合

以下の住所に送付してください。（所定の郵便切手をお貼りください）

〒104-0061 東京都中央区銀座 2-14-9GF ビル 2 階（株）STORY 内 ジビエ料理コンテスト事務局宛

10 月 31 日（金）必着でご応募ください