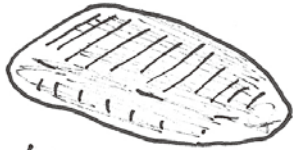


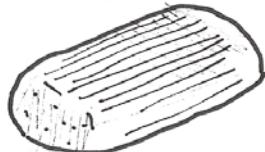
# エゾシカ カツレツ

## ◎材料

エゾシカ モモ肉 (筋が少ない部位がお好み)



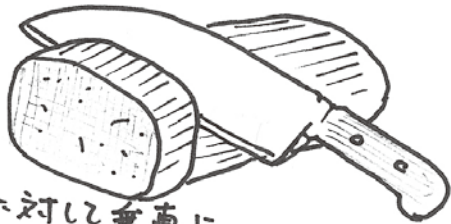
外モモ



内モモ



シキンボ



繊維に対し垂直に  
厚さは 1~2cm くらい



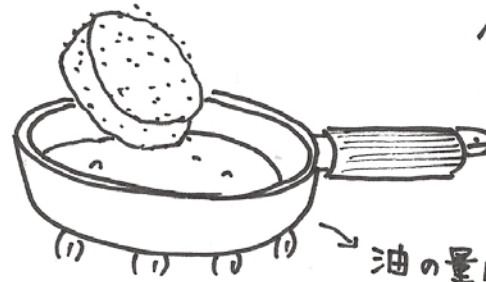
塩・胡椒をこ

小麦粉 → 卵+牛乳 → パン粉



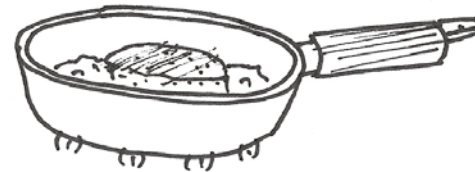
よく付けて  
よく振らう

しっかり付ける

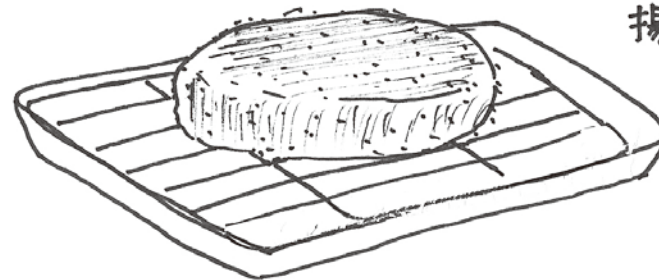


180℃の油で  
2分 さわらぶに!!  
揚げます。

油の量は かつが  
隠れる位



180℃を維持しながら  
2分経たさ  
裏返してさ  
1分揚げます。



揚げたさ  
2分休ませ  
予熱で火を入れ直す

