

# 毎月3回 ひょうごジビエの日！

「ひょうごジビエの日」に栄養たっぷりの自然の恵みをいただこう！



鹿 (ロク)  
6日



シシ (4×4)  
16日

毎月  
ジビエの日

シカ  
第4火曜日

県では、毎月6日(鹿(ロク))、16日(宍(シシ))、第4火曜日(シカ)をひょうごジビエの日と定めて、ジビエの普及啓発を行っています。

鹿肉や夏猪肉は、高タンパク！エネルギーは1/2以下！鉄分やビタミンも豊富です。



※1:ニホンジカ、赤肉 ※2:夏の猪肉、赤肉 ※3:冬の猪肉、脂身つき ※4:大型種肉肩ロース、脂身つき(すべて生肉)  
栄養成分の比較(100gあたり) 出典:夏猪肉のみ独自分析結果、その他の肉は、文部科学省「日本食品標準成分表2015年版(七訂)」より



シカ肉取扱店



ジビエ料理レシピ集



兵庫県認証食品



シカのサルサ  
トルティーヤチップ添え



新鮮地元野菜たっぷり  
ジビエバーガー