

馬と鹿のマリネ

～季節外れの野菜を添えて～

材料

馬	1 頭
鹿	1 頭
野菜	適量
オリーブオイル	適量

コツ・ポイント

馬や鹿が用意できないときは、アホウドリで代用してもよい。



作り方

- ① 馬と鹿を生け捕りにする。
- ② 馬と鹿を殺し、適当にマリネにしていく。
- ③ 季節外れの野菜を添える。
- ④ 馬鹿みたいに食べる。

モベチャのスープ

材料

モベチャ…………… 1 バロ
チョロの葉…………… 3~5 枚
ロッパニゴの実…………… 適量
バゴンボ…………… 20 レムラ

作り方

- ① チョロの葉を短冊状に刻む。
- ② モベチャをスペヴォルしてポポリッチョする。
- ③ バゴンボを火にかける。
- ④ 沸騰したらポポリッチョし

たモベチャを入れてさらに煮込む。

- ⑤ 色が変わったらチョロの葉とロッパニゴの実を入れ、火を止める。
- ⑥ 時計回りに 7 回かき混ぜて「ラ・シュビドゥンドゥン」と 3 度唱える。
- ⑦ 皿に注ぎ分けて完成。

コツ・ポイント

モベチャがスペヴォルできないときはヒョリブで代用してもよい。