

# 「岡弁」レシピ 応募用紙

岡崎市内産の野菜や加工品などを利用した、岡崎ならではの地産地消弁当「岡弁」に詰める料理のレシピを募集します。

岡崎らしさがいっぱい詰まった、おいしい料理レシピを考えてみてください。

料理名

26-35

みそ汁とおやき

写真 又は イラスト



作り方(レシピ+ポイントなど)

- ① 強力粉、小麦粉、ムラサキ麦、ベーキングパウダーに、熱湯、塩、ごま油をいれこねる(和)にふるまじをさせる。→30分ラップで休ませる。
  - ② 野菜、シロにね、みそ汁、りんご、砂糖、汁をいれためる。
  - ③ ①をゆき下ろすにわけるの中に②を7割入れ。
  - ④ ③を油をいれフライパンできつね色にやく。
  - ⑤ 水50mlをいれ3分蒸しやく、3分蒸しかりやく。
- 伊 おやきの生地の中にムラサキ麦をいれた  
 又 強力粉、小麦粉、ムラサキ麦をいれきつね色にやく。

【使用した岡崎の野菜・加工品】

八丁味噌、ムラサキ麦、ナス、ネギ、にんじん

氏名	坂本 恵那、草尾 美優		
学校名	愛知県立岩津高等学校	学年	1

応募用紙に記載された学校名・学年・氏名は、公開されます。

この応募用紙は、岡崎市ホームページへの公開及び岡崎市食品衛生協会を通じて、飲食店等に資料提供し、岡弁として広く利用してもらえよう働きかけていきます。