

「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

26-52

岡崎巻き

写真 又は イラスト



作り方(レシピ+ポイントなど)

- ① にんじん、ゴぼうは ささがき、しょうがは 4じん切り、レタは 太めの千切りにする。
 - ② フライパンに油をひき、しょうがを炒める。
 - ③ ②の中に、にんじん、ゴぼうを入れて、炒める。
 - ④ ③の中に、酒、サリト、八丁味噌を入れる。
 - ⑤ 三杯酢を作り、紫麦入りごはんと混ぜる。
 - ⑥ 焼きすの上のにりをしいて、その上に④、⑤とレタ、ねぎ、マヨネーズをのせ、巻く。
 - ⑦ 2mm幅くらいに切る。
- ポイント(包丁を酢でしめらせてからやる)
岡崎の食材をたくさん使いました。
切り目がきれいに見えるように野菜を並べました。

【使用した岡崎の野菜・加工品】

- 八丁味噌
- にんじん
- しょうが
- 紫麦
- ゴぼう
- 米

氏名	内藤 里奈 , 鈴木 花菜		
学校名	愛知県立岩津高等学校	学年	1年

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るよう働きかけていきます。