

「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

26-39

肉味噌三色丼

写真 又は イラスト



作り方(レシピ+ポイントなど)

- ジャ、たまねぎ、しょうが、ピーマンをみじん切りにする。肉に少量の酒をかける。
 - フライパンに油を入れ、しょうがに火をつけて、たまねぎを入れて火にかき、香りがたつとジャを入れて炒める。
 - ツレツレめかす。肉、たまねぎを入れて野菜から炒め、肉に火を通すまで炒める。
 - お酒を入れて炒め、肉の完成。
 - ご飯の上にキャベツの千切りをのせ、ソースをかける。その上に肉を、スランブルエッグ、きゅうりの千切りをのせて完成。
- ①ポイント
肉味噌の香りをしっかりと出すためにたまねぎを炒める。

【使用した岡崎の野菜・加工品】

八丁味噌、ムラサキ菜、ジャ、たまねぎ

氏名	金澤優斗、石川奨		
学校名	岩津	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よう働きかけていきます。