

「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

26-47

イタリアンなステーキ ~ピザ風~

写真 又は イラスト



作り方(レシピ+ポイントなど)

- ①豆腐を水切りして厚みを半分にする。
- ②みそ、砂糖、酒を混ぜ、みそだれを作る。
- ③豆腐の両面に土塩、こしょう、むりさき麦をつける。
- ④フライパンにサラダ油を中火で熱し、豆腐の両面を焼く。(多めだと焼きやすい！)
- ⑤いったん火を止めてみそだれを片面に塗り、チーズをのせ再び中火にかける。
- ⑥チーズが溶け始めたり切ったオクラをのせ、フタをする。
- ⑦焼きあがりに4等分にしたトマトと、細長く切った大根をのせて完成。

小麦粉がはいり
けど、岡崎産
を出すために!

【使用した岡崎の野菜・加工品】

ハ丁みそ、むりさき麦、トマト、オクラ、大根

氏名	岩田 満梨奈 成瀬 悠夏		
学校名	愛知県立岩津高等学校	学年	/

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。