

# 「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

シャキシャキとつぶつぶのライスサラダ

写真 又は イラスト



作り方(レシピ+ポイントなど)

1. 目玉焼きを半熟に焼いておく。
2. ツナ缶 1 缶の油を軽く切り、めんつゆ小さじ 1 とまぜる。
3. 炊いたむらさき麦をお皿に盛り付け、ちぎったレタス、トマト、1.2 をのせる。(好みでマヨネーズ、胡椒)

むらさき麦はあまり親しみのないものかもしれないが、私たちの身近にある材料を使って簡単に美味しく食べれることを広めたい。私たちが普段食べている白米とは食感が違っていて噛んだ時に 1 粒 1 粒の主張があって食べごたえがある。

【使用した岡崎の野菜・加工品】

むらさき麦、レタス、トマト

氏名	家庭部 竹田 真琴		
学校名	岡崎商業高校	学年	高校 2 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。