

記載例

食と農をつなぐ朝ごはんコンテスト 2024

申請日 令和6年 6月 1日

1 募集情報

フリガナ	キョウノウダイガクシヨクイクコンビ	
チーム名	京農大学食育コンビ	
フリガナ	学校名・学部・学科・学年等	キョウト タロウ 氏名
構成員 1 (代表者)	京農大学 農学部 栄養学科 3回生	京都 太郎
フリガナ	学校名・学部・学科・学年等	ノウリン ハナコ 氏名
構成員 2	京農大学 農学部 栄養学科 3回生	農林 花子
代表者連絡先 (担当教員推奨)	e-mail	999@xxx.jp
	TEL	(〇〇〇)-x x x-1234

2 調理用品

使用した調理用品の名称	ガスコンロ、グリル、ざる、鍋、包丁、まな板、しゃもじ、銀皿、お椀
-------------	----------------------------------

3 実演参加の可・否

令和7年1月18日(土) 参加の可・否	可
------------------------	---

4 近畿農政局で農業体験イベント(予定)がありましたら、参加してみたいと思いますか。

思う

5 留意点

- ※ 1チームにつき、1作品のみ応募可です。
また、1学生が他チームにおいて重複して応募することは不可です。
- ※ 募集要領の注意事項をご確認願います。
- ※ 書類が不十分な場合はホームページ掲載対象外、審査対象外となります。
不明な場合はお問合せします。なお、連絡が取れない場合は対象外とします。
- ※ メールアドレス及び電話番号については、確実に連絡が取れる連絡先を記載してください。

6 提出前チェックシート

提出前に再度確認し、プルダウンより「OK」を選択してください。

1 作品名を記載しましたか。	OK
2 学校名、チーム名を記載しましたか。	OK
3 コンセプト、食材選びや調理で工夫したこと、作成時間を記載しましたか。	OK
4 近畿の食材を記載し、その中で、近畿の有機農産物等には◎をつけましたか。	OK
5 作品の写真と有機農産物等の写真を添付しましたか。	OK
6 作り方にガスコンロ(グリル含む)を使用していることを記載しましたか。	OK
7 先生方にチェックしてもらいましたか。 (無理な場合は、チーム外の方のチェックをお願いします。)	OK

作品の写真（おむすび2個及び一品料理）



コンセプト（200文字以内）

行程が少ないため、忙しい朝でも簡単に作れることができ、栄養・ボリューム満点の朝ごはんです。

料理名	照り焼きチキンおむすび	
材料（2人分）	分量	作り方
<ul style="list-style-type: none"> ・米 ・鶏もも肉 A <ul style="list-style-type: none"> ・醤油 ・酒 ・みりん 	1合 150g 大1 大1 大1	①米を研ぎ、30分ほど浸水させた後、鍋に入れてガスコンロで炊く。 ②ビニール袋に鶏もも肉とAを入れて揉みこみ、20分ほど漬けておく。 ③グリルにアルミホイルを敷き、②の鶏肉を置き、余ったタレを入れて、10分焼く。 ④③でできた鶏肉を適当な大きさに切り、炊きあがったご飯に混ぜておむすびを作る。

料理名	簡単グラタン	
材料（2人分）	分量	作り方
<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳 ・バター ・小麦粉 ・じゃけフレーク ・ほうれん草 ・玉ねぎ（小） ・パン粉 	100CC 小1 大1 小1 30g 1/2個 少々	①ほうれん草をしっかりと洗い、お湯で下茹でし、適当な大きさに切る。 ②玉ねぎを適当な大きさに切る。 ③鍋にバターと①②を入れて、ガスコンロを使用して、炒める。 ④弱火にして、③に小麦粉と牛乳を鍋に入れ、炒める。 ⑤④にじゃけフレークを加えて混ぜる。 ⑥⑤を銀皿に入れて、パン粉を振って、グリルで5分焼く。

備考 (おむすびと一品を作った時に汁を取った後の鰹などでふりかけなど、もう1品作った時に記載ください。)

近畿の食材 (◎は近畿の有機農産物等)

◎ほうれん草 (奈良産)、◎玉ねぎ (京都産)

<p>有機農産物等の写真（使用した食材が分かる写真）</p>	<p>食材選びや調理上で工夫したこと（200文字以内）</p> <p>冷蔵庫に常備しているじゃけフレークと手軽に手に入る野菜を選びました。グリルを使用して鶏肉を焼くことで、短時間で調理することができました。また、表面はパリッと香ばしく、中は柔らかく焼きあげることができました。</p>				
<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>大学名</td> <td>京農大学</td> </tr> <tr> <td>チーム名</td> <td>京農大学食育コンビ</td> </tr> </table>		大学名	京農大学	チーム名	京農大学食育コンビ
大学名	京農大学				
チーム名	京農大学食育コンビ				

生産者さんへのメッセージ

いつもおいしいお野菜ありがとうございます。みなさんが作ってくださってるおかげで今回おいしレシピを考えることができました。今回は、有機農産物のほうれん草と玉ねぎを購入したので、環境への配慮も考えることができました。