

# 高校生 環境にやさしい料理レシピコンテスト 2023 in やまがた 応募用紙

- 注1) 下記の項目にご記入のうえ、料理の完成写真を添付してE-mail または郵送にて応募してください。  
 注2) 記入欄が足りない場合は、別紙として添付してください。  
 注3) 応募締切は令和5年7月26日(水)です。 ※当日消印有効  
 注4) ご応募いただいたレシピのうち審査を通過したものは、山形県ホームページ等に掲載し、人気投票を行います。  
 注5) 掲載は、レシピ及び写真のみになりますが、入賞したレシピについては、応募者のお名前・在学名または居住市町村を公表させていただきます。予めご了承願います。  
 注6) ご提供いただいた個人情報を目的以外には使用いたしません。また、個人情報は主催者が厳重に管理いたします。

については該当するものに☑入れてください。

1. レシピ名		あまりご飯でしその葉入り五平餅			
2. 部門	<input type="checkbox"/> 素材まるごと活用部門 <input checked="" type="checkbox"/> リメイク料理部門	3. 調理時間	15 分	4. 料理コスト (1人前)	10 円
5. アピールポイント	(レシピへの思いやレシピ考案のきっかけなど) 少し硬くなってしまったご飯も食感を変えておいしく食べられます。 自宅で育てているしその葉を入れてさわやかな仕上がりになりました。				
6. ごみ減量のポイント	例：いつもは捨ててしまう○○を使用し、無駄なく食べれるようにしたこと。 炊きすぎてしまった、食べきれなくて余ってしまったご飯を捨てないように。				
7. 材料 / 分量	【1~2人分】 例：にんじん 1本 餅   たれ 余ったご飯…お茶枕1杯半   みそ…大さじ1杯半 酒…大さじ1杯 片栗粉…大さじ2杯   砂糖…大さじ2杯 しその葉…2枚   すりゴマ…大さじ1杯				
8. 使用した山形県産の食材	(使用した場合のみご記入ください。) 米、我が家のしその葉				
9. 作り方	1. ご飯をあたためる。 2. ご飯をすりこぎで7割ほどつぶす。 3. 片栗粉ときざんだしその葉を入れて混ぜる。 4. 4等分にして平たく丸める。 5. 薄く焼き色がつくまで両面を焼く。 6. たれの材料を混ぜたものをかけて完成				
10. おいしく作るコツ	ごはんを好みのおつぶ感につぶすこと。				
11. レシピサイト クックパッドへの掲載	<input checked="" type="checkbox"/> 掲載可 <input type="checkbox"/> 掲載不可		※「掲載可」を選択したレシピについては、クックパッドに掲載する場合がございます。		