

こめこめ
第25回 米米コンテスト応募用紙
お米大好き！～応援します！！元気になるおうちごはん～

ふりがな	ふじたりん		年齢	
名前	藤田流慎			
お勤め先または 学校名	若葉小学校	学年 組		
住所 電話番号(連絡先)				
作品名	さかッツシ萬彩めし			
作品のPR・ 農家の方へメッセージ	火田からの贈り物とその耕す手にいつも感謝			

材料と分量(2食分で、できるだけ詳しく記入してください)

佐賀県産ぶた肉/50g
 佐賀牛 150g
 佐賀びより 茶わん2杯
 のり 1/2枚
 玉ねぎ 1/2個
 ステーキ(しょうゆ大さじ4杯)
 黒こしょう 2杯
 にんにく 2かけ
 パプリカ 1/2個
 コーン 4パック
 バター 2かけ
 青ねぎ 1束
 塩こしょう 少々
 油 大さじ1

作り方(簡条書きで記入してください)

① 野菜を切る

1 パプリカをコーンと同じ大きさ 4にんにく2かけスライス
 2 青ねぎは小口切り 5コーンはざるにあげて水気を切る
 3 玉ねぎは5mmスライス

② いためる

1 ホットプレートに火をつける 4 玉ねぎを加えてさらにいためる
 2 油をひく 5 肉に塩こしょうをかけて火が通るまでいためる
 3 にんにくをきつね色になるまでいためる

③ 米を加える

1 いためた材料をホットプレートのはしたで混ぜる
 2 ホットプレートの中へ米を加える
 3 ステーキしょうゆを均にかけてからめる

④ 仕上げ

1 コーンパプリカ青ねぎを彩りよく散らす
 2 のりをちぎって全体にまぶす
 3 バターを米の上のせてお好みで黒こしょうをかける

料理の完成写真



※氏名・住所・電話番号ははっきりと記入してください。応募書類の内容は本コンテスト以外の目的では使用しません。