

第8回 食糧学院 東日本高校生レシピコンテスト 申込用紙

第8回 食糧学院 東日本高校生レシピコンテスト 応募用紙

管理番号 1112

メニュー名

会津の魅力たっぷり！ ダブルピザ

学校名: 福島県立 葵 高等学校

PR文(200字以内)

～感謝の気持ちを届けよう～
私からのメッセージ

毎日お弁当を作ってくれるお母さんと、おいしく新鮮な野菜を作ってくれる祖母に作りました。会津はアスパラガスや会津地鶏が有名です。そのような、おいしい自慢の会津の食材を生かし、具沢山なピザにしました。この料理を通して家族に感謝を伝えることができれば嬉しいです。



| 材料 | | 分量(2名分) | | 作り方と調理時のポイント | |
|-----------|-------|---------|---|---------------------------------------|--|
| トルティーヤ生地 | 2枚 | ① | オーブンを180度に予熱しておく。 | 調理時間 【 60 分 ※調理時間は2名分を作る合計の調理時間 | |
| ピーマン | 1個 | ② | 玉ねぎを薄切りにする。 | | |
| 鶏肉 | 50g | ③ | アスパラガスは根に近い方の外側の皮をむき、下ゆでしておく。 | | |
| アスパラガス | 2本 | ④ | 鶏肉は食べやすい大きさに切り、フライパンで焼いておく。 | | |
| 玉ねぎ | 玉ねぎ | ⑤ | トルティーヤの生地の半分にピザ用ソースを塗る。 | | |
| ピザソース(市販) | ピザソース | ⑥ | 全体に均等になるように玉ねぎを散らす。 | | |
| ツナ(缶詰) | 80g | ⑦ | ピザ用ソースを塗ったほうにはピーマン、鶏肉、チーズ、アスパラガスの順に具をのせる。 | | |
| コーン(冷凍) | 適量 | ⑧ | ツナにマヨネーズ、塩、こしょうを入れ、混ぜておく。 | | |
| ピザ用チーズ | 適量 | ⑨ | 反対側には玉ねぎ、ツナ、チーズ、コーンの順に具をのせる。 | | |
| マヨネーズ | 小さじ2 | ⑩ | 天板にのせ、オーブンの温度を210度に上げて、7～8分焼く。 | | |
| 塩 | 少々 | | | | |
| こしょう | 少々 | | | | |