

第5回 食糧学院 高校生レシピコンテスト 応募用紙

メニュー名

和車厘奇<ゼリー寄せ>

氏名: 花山 綾

PR文(200字以内)

～感謝の気持ちを届けよう～

毎日美味しいご飯を作り、食事の楽しさや、料理に興味を持たせてくれた母に感謝を込めて。

大好きなゼリー寄せを、現在注目を浴びている「和」にしてみました。



材料	分量(2名分)	作り方と調理時のポイント
かつおだし (・水 ・かつお節)	200ml 250ml 8g	①干しいたけと麩は水にもどしておく。 粉ゼラチンも水でふやかしておく。 ②水を沸騰させ、かつお節を入れ再沸騰したら中火で1分おき、さらしでこしておく。 ③うどんを茹で、2～3cm程に切り、めんつゆで和える。 ④にんじんは型抜き、れんこんは7mm角くらいに切り、絹さやはななめに切り茹でる。 ⑤かつおだしに塩・しょうゆを入れ(味は濃いめにする)、ふやかした粉ゼラチンを加え、沸騰直前まで火にかける。 ⑥⑤ににんじん、れんこん、スライスした干し椎茸を加え、氷水で冷やし、とろみをつける。 ⑦皿にセルクルをおき、うどんをしきつめ、⑥を流し入れる。 (※具の配置に気を付ける) ⑧麩を浮かせ絹さやを刺し、冷蔵庫で冷やす。完成。
うどん	4本	
にんじん	スライス4枚	
れんこん	10g	
絹さや	2枚	
干しいたけ	1個	
手まり麩	4個	
粉ゼラチン	4g	
塩	1g	
しょうゆ	9ml	
めんつゆ	適量	