

南三陸ねぎ料理レシピコンテスト 入選作品

●氏名 (グループ応募の場合はグループ名と代表者名)

小野寺 ひとみ

●レシピのタイトル

ネギと秋鮭のマヨグラタン

●レシピの紹介文

南三陸の特産のネギと秋鮭のレシピを考えました。

●調理時間 (30)

●分量 (2 人分)

●料理のポイント, アピールポイント

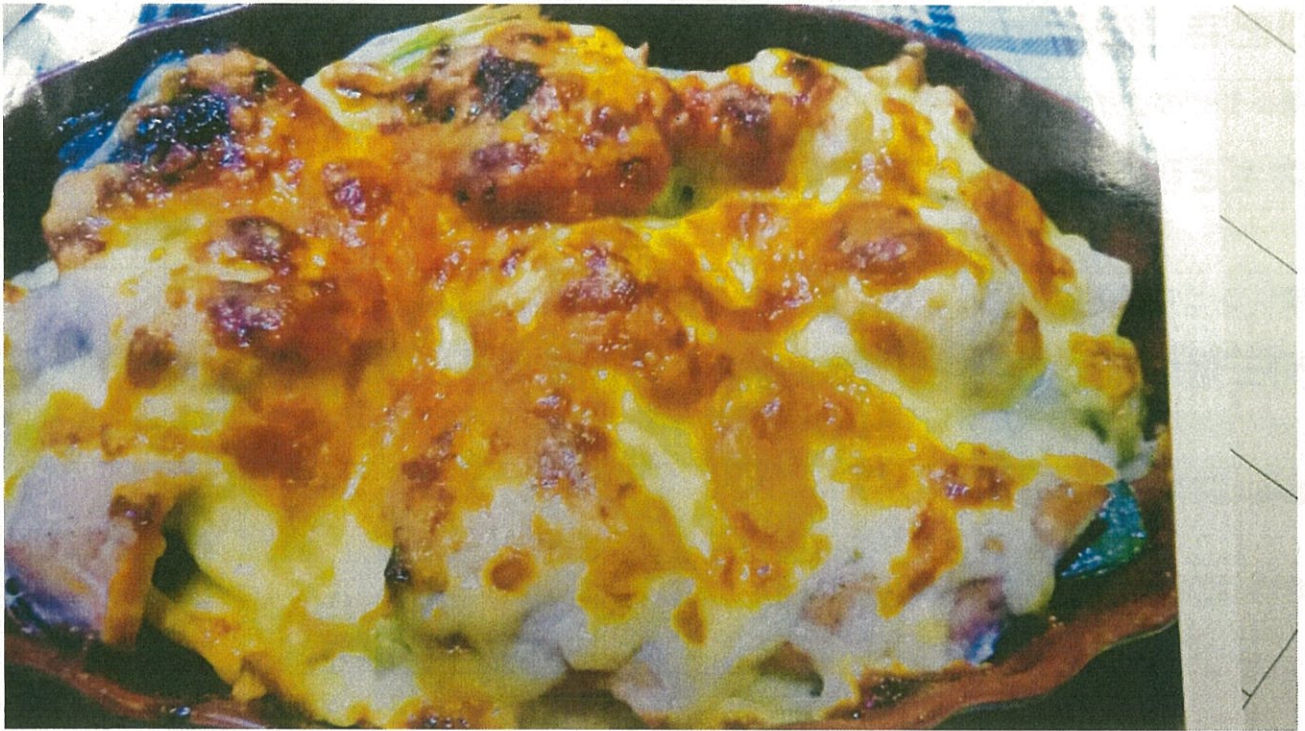
チーズとネギがとても合います。鮭の臭みもネギで消えて、より食べやすく仕上がりました。

●材料名

- ・ネギ 2本
- ・チーズ (とろける)
- ・秋鮭 2切
- ・マヨネーズ
- ・塩・コショウ
- ・バター 少々

●作り方 (手順) ※言葉で説明しづらい時は簡単な絵を書いて下さい

1. ネギは斜め切り (長めの) にします。
2. 秋鮭は 1切を3等分のそぎ切りにします。
3. 耐熱皿にうすくバターを塗ります。(大きめの耐熱皿 ネギ2本分入る程度)
4. ネギを更に敷き詰めます。その上に鮭を6切乗せます。
5. マヨネーズをまわしかける。(おしゃれにかご目状にかける)
6. とろけるチーズをたっぷりふりかける。
7. オーブントースターで15分焼く。焦げそうな時は、途中アルミ箔を上にかけて焼く。
8. アツアツをお召し上がり下さい。



<応募にあたっての留意事項>

①応募作品のレシピ著作権，写真，出版物その他のメニュー紹介に係る使用権については，主催者に帰属する。

②応募書類（写真含む）は返却しない。

③応募の際の個人情報は，当コンテスト表彰，レシピ集作成，公開及びレシピ募集等のご案内のためのみ使用する。

※個人情報の利用，管理については，「個人情報保護法」にもとづき，適切に取り扱います。