

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)

芳賀 弘幸

●レシピのタイトル

葱の納豆詰め天麩羅

●レシピの紹介文

納豆と葱を使った新しい食感の天麩羅です。

●調理時間 ()

●分量 ()

●料理のポイント、アピールポイント

葱の食感とたっぷりの納豆で食べ応えのあるヘルシーな天麩羅です。

●材料名

- ・ねぎ 1/2本
- ・挽き割り納豆 1パック
- ・大根おろし 適量
- ・天ぷら衣 適量
- ・天汁 適量
- ・おろしショウガ 適量

●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. ねぎの芯を抜いて、挽き割り納豆を詰める。
2. 天衣で揚げる。
3. 適度な大きさに切り分けて盛りつける。
4. 薬味に大根おろしとショウガを添えて天汁で食する。



<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权については，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にのみ使用する。

※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。