



アイデア賞 オレンジソースがけ 鯛の竜田揚げ



岩国市立東中学校
1年 高橋 怜

【講評】

オレンジジュースとレモン果汁、醤油、砂糖、オレンジの果皮ソースを作り、白身魚の竜田揚げにかけて最後にねぎを散らした1品です。見た目もよく、オレンジの風味が感じられるよう工夫されています。

使用した県産食材 … 鯛

【作者のコメント】

今回はソースを混ぜるときにオレンジの皮を刻んでいれました。見た目もよくなり、オレンジの風味がより感じられました。



アイデア賞 あかもくナゲット



周南市立岐陽中学校
2年 平屋 有記

【講評】

あかもくという食材を選んで料理を考えたことや、あかもくを使ってナゲットを作るという発想がとても斬新で面白いです。摂取しにくいあかもくを混ぜ込んでナゲットにすることにより、子どもにとっても抵抗感がなく食べられると思います。

使用した県産食材 … 長州あかもく

【作者のコメント】

材料や調味料を最小限にし、作りやすさ、素材の味が生かせるようにしました。また、食物繊維を多く含む、腸にやさしい赤もくを使用しました。