

令和4年12月現在

中学生  
の部

# 鱧のカラフルあんかけ



岩国市立川下中学校 1年：松林 園佳



山口県は鱧の全国有数な産地で、身も柔らかくよく食べてもらえる魚です。夏野菜の色どりがよく、暑い夏でも食欲が増すよう酢を使いさっぱり食べられたり、見た目と味付けに工夫があります。

使用した県産食材

はも

作者のコメント

野菜に夏野菜を使い、見た目がきれいになるようにしました。また、鱧が夏の魚なので、夏らしいようにしました。味付けに酢を使っているの、夏の暑いときにもぴったりです。

令和4年12月現在

中学生  
の部

# アジのチーズパン粉焼き ~夏野菜とトマトソースを添えて~



山陽小野田市立埴生中学校 2年：前田 彩花



チーズを使うことで、魚が苦手な子どもも食べやすいよう工夫されており、色鮮やかな料理です。県産の魚と夏野菜で作ることができるため、地場産率アップも狙えます。

使用した県産食材

あじ

作者のコメント

私がたまに釣りに行くとアジがよく釣れます。その時、お母さんに料理してもらおうのですが、アジの南蛮漬けがよく出ます。他に良い料理方法はないのかな?と思ってこの料理を作りました。夏野菜は色がとてもカラフルできれいなので、食欲のわく料理に仕上げることができました。