

## 一宮市長賞「なす 大好き」レシピ

メニュー	材料	分量	作り方
なすの部分	なす	1本 (お弁当には 1/2本)	(1) なすは飾り切りし、縦半分に切って、水にさらしておく。
	サラダ油	少々	(2) フライパンに油とにんにくを入れて炒め香りを出す。
	にんにくみじん切り	少々	(3) なすを焼き、焼けたら取り出しておく。
	(A)酒	25CC	(4) フライパンに(A)を入れ、少しとろみがつくまで煮詰める。
	(A)しょうゆ	10CC	
	(A)砂糖	小さじ1/2	(5) なすを戻し入れ軽く絡める。
(A)バター	5g		
メニュー	材料	分量	作り方
いちみんの部分	ご飯	適量	(1) 食用色素青を少量の水に溶き、ご飯に混ぜる。
	食用色素 (青、緑、ピンク、黄色)	少々	(2) 食用色素青を(1)の一部(胴体用)にもう少し混ぜ、濃い青にする。
	スライスチーズ	1枚	(3) 別のご飯(手と足の部分)に少量の水で溶いた食用色素緑を混ぜる。
	海苔	少々	(4) 青(顔と胴体)のご飯を成形する。
	プチトマト	1個	(5) スライスチーズで白のライン、ほっぺ、138の数字をカットし、配置する。
			(6) 海苔で顔を付ける。
			(7) ほっぺをピンクの食用色素で、数字を黄色の食用色素で塗る。
			(8) 緑のご飯を丸めて、手と足にする。
			(9) 頭にハートのピックを刺し、手にプチトマトの風船ピックを持たせる。
その他のメニュー			
ハムチーズ紫蘇巻きフライ、人参しりしり、回鍋肉、きんぴらごぼう、ひじきの煮物、肉団子甘酢餡、卵焼き、ブロッコリー、人参飾り切り、ブロッコリーの芯飾り切り、レタス			