

酪農学園生協創立 60 周年記念事業
酪農学園生協オリジナルメニューコンテスト 応募用紙

*個人でもグループでも応募可能です。

応募代表者	学類名・学年 食品栄養科学専攻博士課程 2 年
グループ名または個人ニックネーム	藤崎衣衣
応募部門 (○をつけて下さい)	<input checked="" type="radio"/> ①どんぶり部門 <input type="radio"/> ②メインおかず部門
レシピ名	黒澤鶏丼～ガリパタ醤油味～
材料 (1 名分)	<ul style="list-style-type: none"> ・米飯 240 g ・鶏のから揚げ 4 個 (学食のから揚げをイメージ) ・もやし 60 g ・にんじん 10 g ・にら 10 g ・しょうゆ 9 g (炒め汁をすべて摂取するわけではないため摂取量は 5 g) ・バター 5 g ・おろしにんにく 2 g
作り方	<ol style="list-style-type: none"> ① 野菜の下処理 人参をもやしの長さに合わせ千切り、にらをもやしの長さに合わせる。 ② フライパンにバター、ニンニク、ニンジンを入れ炒める。 ③ しんなりしたところでもやし、にらを加える。 ④ 全体的に火が通ったら醤油を回し入れる。 ⑤ 丼に白米を盛り付け④の炒め野菜を盛る唐揚げをトッピングして完成。
アピールポイント 自由記入欄	<p>60周年を記念して黒澤先生にちなんだ丼を考案してみました。</p> <p>風味の決め手であるバターは黒澤先生が創設メンバーである雪印乳業の看板商品であり、学生向けにスタミナのニンニク、たんぱく質の鶏肉、なじみのある醤油味。</p> <p>※学食での提供実現を目指し塩だれ唐揚げ丼のアレンジメニューとさせていただきます。</p>



写真またはイラストのデータ添付を、必ずお願い致します。