

エントリーシート

作品名	「庭」																			
																				
作品に関するコメント	【なぜ今回の作品を創造しエントリーしたか？】 国内でも比較的自給率の高い野菜や、米粉等をメインに、作品を作ってみたかったから。 見た目でも楽しめる作品を作ってみたかったから。 【自分が工夫した点、アピールしたい点】 国産の食材を利用し、皿の上で庭を表現している点。 ①落花生のザクザク豆腐サラダ（緑）（写真左） ②大根スープ（池）（写真右） ③米粉と豆腐のもちもちおやき（石畳）（写真下） ④生じゃがハリネズミ君のチーズ焼（小動物）（写真中央） ⑤アップル木りたんぽ（木）（写真上）																			
食材 (4人分)	<table border="0"> <tr> <td>①ドレッシング 豆腐半丁 落花生 50g ゴマ 10g</td><td>ゴマ油 20g 酢 10g 水少々 塩こしょう少々</td><td>サラダの野菜 きゅうり 1 本 にんじん 2/3 本 大根 50g たまねぎ 1/2 個 ベビーリーフ 1 パック</td><td>トッピング 豆腐半丁 落花生 30 粒</td></tr> <tr> <td>②スープ 大根 200g 干しシイタケ 6 個 昆布 10cm</td><td>かつおだし 10g 塩、醤油少々 水溶き片栗粉 10g 水 600cc</td><td>トッピング 干しいたけ 8 キレ 万能ネギ 3cm</td><td></td></tr> <tr> <td>③豆腐 1 丁 米粉 60g 水 80cc わかめ少々 ゴマ油少々 塩、醤油少々</td><td>④マッシュ部分 じゃがいも 3 個 おから 30g 豆乳 30g マヨネーズ少々</td><td>トッピング じゃがいも 1 個 モッツァレラチーズ 40g チェダーチーズ 40g 黒豆煮 8 粒</td><td></td></tr> <tr> <td>⑤もち米 3/4 合 うるち米 3/4 合 りんごジュース 1,5 合分 りんご煮 1/4 個</td><td></td><td></td><td></td></tr> </table>				①ドレッシング 豆腐半丁 落花生 50g ゴマ 10g	ゴマ油 20g 酢 10g 水少々 塩こしょう少々	サラダの野菜 きゅうり 1 本 にんじん 2/3 本 大根 50g たまねぎ 1/2 個 ベビーリーフ 1 パック	トッピング 豆腐半丁 落花生 30 粒	②スープ 大根 200g 干しシイタケ 6 個 昆布 10cm	かつおだし 10g 塩、醤油少々 水溶き片栗粉 10g 水 600cc	トッピング 干しいたけ 8 キレ 万能ネギ 3cm		③豆腐 1 丁 米粉 60g 水 80cc わかめ少々 ゴマ油少々 塩、醤油少々	④マッシュ部分 じゃがいも 3 個 おから 30g 豆乳 30g マヨネーズ少々	トッピング じゃがいも 1 個 モッツァレラチーズ 40g チェダーチーズ 40g 黒豆煮 8 粒		⑤もち米 3/4 合 うるち米 3/4 合 りんごジュース 1,5 合分 りんご煮 1/4 個			
①ドレッシング 豆腐半丁 落花生 50g ゴマ 10g	ゴマ油 20g 酢 10g 水少々 塩こしょう少々	サラダの野菜 きゅうり 1 本 にんじん 2/3 本 大根 50g たまねぎ 1/2 個 ベビーリーフ 1 パック	トッピング 豆腐半丁 落花生 30 粒																	
②スープ 大根 200g 干しシイタケ 6 個 昆布 10cm	かつおだし 10g 塩、醤油少々 水溶き片栗粉 10g 水 600cc	トッピング 干しいたけ 8 キレ 万能ネギ 3cm																		
③豆腐 1 丁 米粉 60g 水 80cc わかめ少々 ゴマ油少々 塩、醤油少々	④マッシュ部分 じゃがいも 3 個 おから 30g 豆乳 30g マヨネーズ少々	トッピング じゃがいも 1 個 モッツァレラチーズ 40g チェダーチーズ 40g 黒豆煮 8 粒																		
⑤もち米 3/4 合 うるち米 3/4 合 りんごジュース 1,5 合分 りんご煮 1/4 個																				

調理方法 調理時間 (約 120 分)	①野菜類を千切りにする ↓ ドレッシング の材料をフードプロセッサ-にかける ↓ 出来上がったドレッシング と切った野菜を 合える ↓ 砕いた落花生とつぶした豆腐をトッピング する ↓ バジル-リーフの上に盛り付ける ②とったダシ汁に大根おろしを入れ スープに味付けする ↓ 水溶き片栗粉でとろみをつける ↓ 味付けした干しいたけの薄切り と万能ねぎをトッピング する ③豆腐 1 丁を約厚さ 5mm2cm 角に切り 水気を取る ↓ 米粉に水と刻んだわかめを入れ味付け し混ぜる ↓ フライパンで豆腐を両面よく焼き醤油 で味付けする ↓ そこに溶いた米粉を流し入れ両面焼く ④ゆでたじゃがいもにおからと豆乳 を入れ味付けしマッシュする ↓ (A)トッピング 用に千切りにしたじゃ がいもを熱湯に 20 分間浸けて 氷水にさらす ↓ (B)マッシュしたじゃがいもをデ-ィッシャー で盛り付けチーズ をのせてオーブン で焼く ↓ 焼きあがった(B)に(A)を挿し煮た 黒豆をつけて目に見立てる ⑤りんごジュースでごはんを炊く ↓ ごはんをラップ で丸めて棒にさす (きりたんぽだが焼かない) ↓ 煮たりんごで飾り付けする 今年もよろしくお願いします
---------------------------	---