

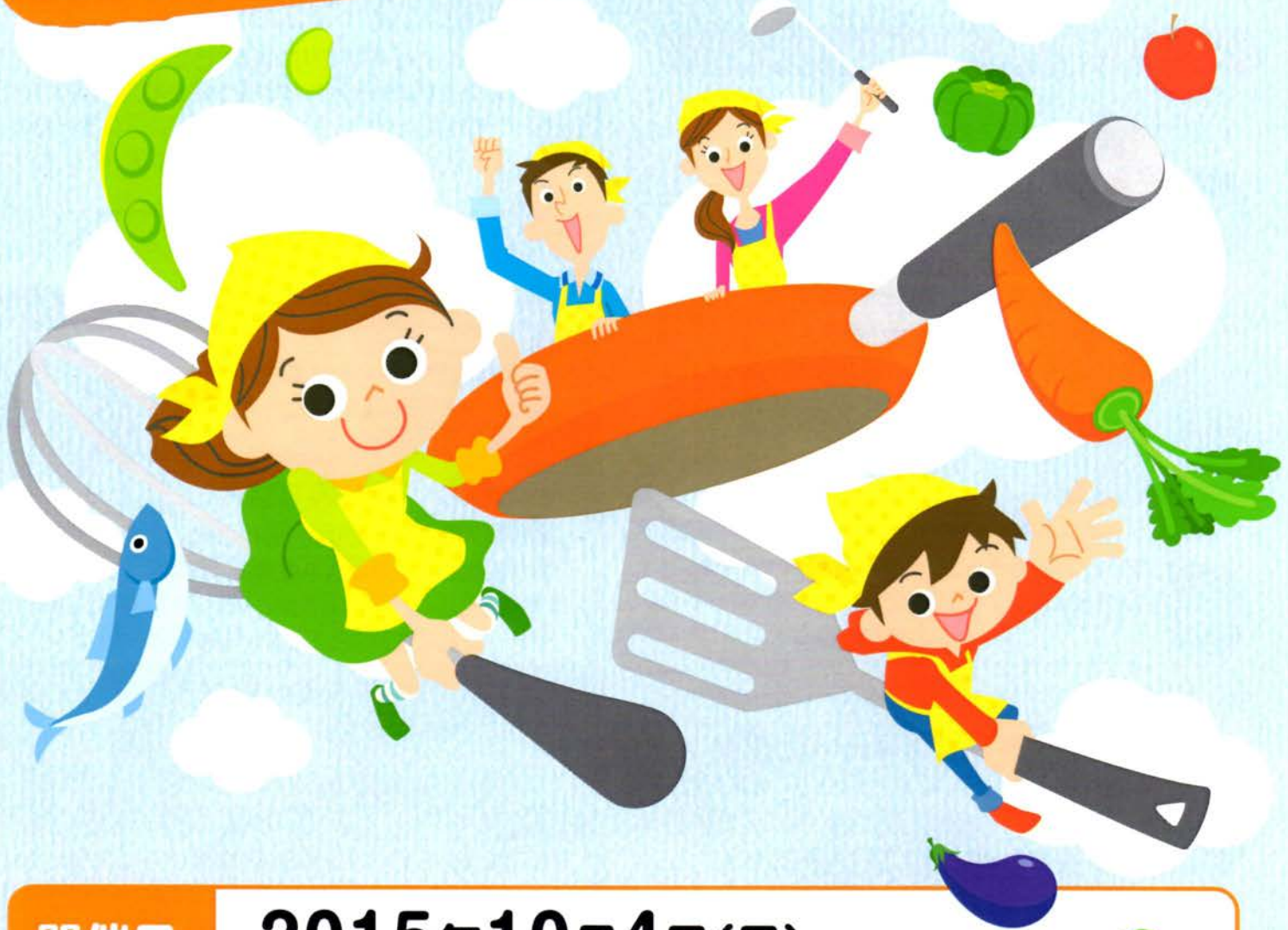
第11回

ガスで彩る楽しい料理

埼玉県

親子クッキング コンテスト

埼玉県
大会



開催日・
場所

2015年10月4日(日)

東彩ガス 料理教室 越谷市越ヶ谷1-14-1

主催：埼玉県ガス協会

入間ガス、角栄ガス、埼玉ガス、坂戸ガス、幸手都市ガス、松栄ガス、新日本ガス、西武ガス、大東ガス、秩父ガス、東京ガス、東彩ガス、日高都市ガス、武州ガス、本庄ガス、武蔵野ガス、鷺宮ガス、伊奈都市ガス

後援：関東経済産業局、関東農政局、埼玉県、埼玉県教育委員会、「近いがうまい埼玉産」地産地消推進会議、埼玉りそな銀行、武蔵野銀行
協賛：株式会社ノーリツ、リンナイ株式会社

第11回 **ガスで彩る楽しい料理**
親子クッキングコンテスト
 埼玉県

● 募集テーマ ●

環境に優しい天然ガスを使った
 「我が家のおいしいごはん」
 ～「家族で一緒に作ろう、うちの自慢メニュー」～
 地産地消を推進し、食育に貢献する。

コンテストスケジュール

開会式

9:30

- 選手入場
- 大会委員長あいさつ
- 審査委員長あいさつ
- 競技ルール説明

10:00

クッキングスタート

11:00

審査タイム

12:30

都市ガスキャッチフレーズ
 授賞式

親子クッキングコンテスト
 審査結果発表～表彰式

13:20

閉会式～記念撮影

14:00

大会終了

東部地区代表

①花木 恵美子(はなき えみこ)さん
 来瞳(くるみ)さん[小5]

ガスで簡単
 手ごねピザ&チキンサラダ

ピザ生地は40℃くらいのお湯を使って、生地の発酵を早めるのがポイント。耳はコーンスープに浸けて食べてもおいしいです。ダッチオーブンでジューシーに焼き上げるチキンや、圧力鍋で作るゆで玉子にもご注目ください。



②秋葉 真希子(あきば まきこ)さん
 朱里(しゅり)さん[小2]

ガスレンジを活かしたカリふわ料理
 ～鶏むね肉でカリカリさっぱり唐揚げ～

唐揚げは鶏肉をそぎ切りにする事でパサつきをなくし、コンロの温度調節でカリカリに仕上げます。ワカメごはんは、あらかじめワカメに味つけをしてからごはんに混ぜることで、しっかり味が濃く出ておいしくなります。



中央北地区代表

⑦大木 加恵(おおき かえ)さん
 郁実(いくみ)さん[小6]

食べるの大好き!
 食いしん坊家族のごはん

酢の物に梨を入れたり、冬瓜汁にはミニトマトで味の変化と彩りを加えたり、炊き込みご飯には隠し味に味噌を入れたり…一品一品、食べることが楽しくなるメニューにしました。味付けやたれにお酢を生かしているのもポイント。



⑧小池 貴子(こいけ たかこ)さん
 千尋(ちひろ)さん[小5]

カルシウムたっぷり
 彩の国ごはん

地産地消をモットーに、埼玉県の野菜を中心に使いました。リゾットと蒸し鶏の2品は、炊飯鍋1つで作れるようにしたのがポイントです。また、ダッチオーブンを使った“茹でないマカロニ”で、グラタンも作ります。



大会委員長からのごあいさつ

大会委員長/埼玉県ガス協会 会長
 武州ガス株式会社 代表取締役社長 原 敏成



この大会は「食育」も大切なテーマです。地元産の食材を学び、生産された農家のことを思い、協力しあって一緒に作り、バランスの良い食事やマナーを学ぶ、こうした経験は、子供たちの成長の良い機会だと思います。今日は楽しい思い出を作ってください。

西部地区代表

③平沼 智穂(ひらぬま ちほ)さん
尚樹(なおき)くん[小4]

笑顔あふれる

～ようこそわがやのSoyレストラン～

わがやでは祖父母の畑で作った大豆で豆乳を作っています。その自家製豆乳をスープと春雨カルボナーラに!ライスパープでプリプリ食感の手作りソーセージは子どもたちの大好物。どれも安心安全でヘルシーなメニューです!



④桑野 いずみ(くわの いずみ)さん
なぎさ(なぎさ)さん[小3]

わくわくキッズプレート

エビフライはおいしいけれど、エビが高い…だから、豆腐でかさ増して大きく作ります!はんぺんも入っているので満足感もアップし、エビの風味ともマッチ。フルーツポンチのゼリーは、かわいらしくまあるく作ります。



南部地区代表

⑤朝井 亜希恵(あさい あきえ)さん
莉音(りおん)さん[小4]

味(み)よし野菜たっぷりごはん

過去の大会でも、さつまいもやほうれん草など、三芳町のおいしい野菜をたっぷり使ったレシピにこだわってきました。あんかけスープは、焼きいなりにかけて雑炊風にしても愉しめます。今年もレシピから親子で一緒に考えました。



⑥池田 初代(いけだ はつよ)さん
晃(ひかる)くん[小6]

～わが家の畑から～ ベジタベルおうちごはん

パエリアは、隠し味にしょうがと昆布茶を使ったところがポイント。スープは冷やしても、雑炊にしてもおいしいです。今年わが家でブルーベリーがたくさん実ったので、生の果実をふんだんに使ったケーキも作ります。



中央地区代表

⑨会田 弥生(あいだ やよい)さん
壘(るい)くん[小5]

五法で食す! 彩り食材 埼玉

手羽元は煮る・揚げる・焼くと、調理法を変えて3種類作ります。パエリアはしじみを使って炊きあげるのがポイントです。彩り温野菜は、丸ごと蒸したかぼちゃを器として使い、そのまま食べていただけるようにしました。



中央南地区代表

⑩白山 美奈子(しろやま みなこ)さん
煌貴(こうき)くん[小3]

愛する埼玉産・真心ごはん

地産地消で埼玉産の野菜・お肉・調味料にこだわり、エコクッキングを取り入れ食材を余すところなく使い、子供が素材の良さを考え作りました。また自宅で愛情込めて栽培しているハーブを添えて盛り付けました。



⑪森山 有紀(もりやま ゆき)さん
晴奏(はるか)さん[小5]

埼玉満喫 味紀行

蒸し器を使って、さつまいもと春巻きの具材と一緒に蒸したり、グリルで野菜をこんがり焼き上げて同時調理で時短しました。白玉粉は水ではなく豆腐でこねることで、舌触りが良くなり、冷めても固くなりにくくなります。



⑫清水 香(しみず かおり)さん
理帆(りほ)さん[小6]

ピーマン大好き! おいしい和定食が出来ました♪

子供が苦手と思われがちなピーマンですが、肉餡を詰めソースをかければモリモリ美味しく食べられます!肉餡の中にはカブが入りフレッシュな食感を楽しんで下さい!料理好きの娘と、親子で参加する事ができ本当に嬉しいです!!!



審査員からの応援メッセージ

審査委員長/江上料理学院 副院長
江上 佳奈美 氏

今回審査員をさせて頂く江上佳奈美です。私自身も仕事をしながら2人の男の子を育ててきましたが、今思うに、忙しい中でも会話がはずんだのは、やはり一緒に作った食事や毎日のお弁当でした。今日は親子の共同作業、どうぞまず楽しんで。そして日ごろの実力を発揮してください。



審査員/浦和ロイヤルパインズホテル 総料理長
中宇 祐 満也 氏

今回のテーマである「わが家のおいしいごはん」とは、食を通じて家族がひとつになるような、素晴らしいテーマだと思います。親子で料理を作る楽しさを知り、食卓を囲んでの会話がさらにはずむようになればいいですね。今回も力を合わせて頑張ってください。



審査員

審査委員長	江上料理学院 副学院長	江上 佳奈美 氏
審査委員	浦和ロイヤルパインズホテル 総料理長	中宇祐 満也 氏

大会委員

大会委員長	埼玉県ガス協会 会長 武州ガス株式会社 代表取締役社長	原 敏 成
大会副委員長	埼玉県ガス協会 副会長 大東ガス株式会社 代表取締役社長	末 富 啓 道
	埼玉県ガス協会 副会長 東京ガス株式会社 埼玉支社長	山 内 真 輝
	埼玉県ガス協会 副会長 東彩ガス株式会社 代表取締役社長	飯 島 徹

埼玉県大会予選地区大会の様子



8/22 西部地区
(入間ガス・西武ガス・秩父ガス・日高都市ガス・武蔵野ガス)



8/23 南部地区
(大東ガス・武州ガス)



9/5 中央地区
(東京ガス)



9/5 中央北地区
(本庄ガス・埼玉ガス・麗宮ガス・新日本ガス)



9/6 中央南地区
(坂戸ガス・角栄ガス・松栄ガス)



9/6 東部地区
(東彩ガス・幸手都市ガス・伊奈都市ガス)

第11回 都市ガス
キャッチフレーズ

「美味しい」を 運ぶわが家のキッチンに
ガスの炎が灯る毎日

