

「トマトを使ったフード・テイクアウト・スイーツ」レシピコンテスト応募用紙

メニュー名	トマトとミニチーズ春巻き			
料理のおすすめポイントやコツ (150字以内)				
この料理のポイントがトマトが苦味がないのも食べやすいです。トマトが苦味がない理由として食感があるのと種を削ぎ取ったことで食べやすくなりました。特産品のミニチーズを入れることで食感のよい春巻きになります。適正な温度で揚げることでパリッとおいしく仕上がり				
使用材料と必要な分量 (一人前)	春巻きの皮 2枚 トマト 40g ミニチーズ 25g パセリ 10g 塩胡椒 適量	片栗粉 小エビ オリーブオイル 大エビ		
調理方法と調理時間	① トマトとミニチーズを1cm程度のサイコロに切る。 (トマトの種は皮を削ぎ取った後) ② 片栗粉、小エビ、水、大エビ2を混ぜて糊を作り片栗粉を作る。 ③ 春巻きの皮にトマト・ミニチーズをのせ、巻いていき、巻きの端を水で糊を作り片栗粉でとめる。 ④ 160℃～180℃の油でまわねを揚げ、揚げたてで揚げる。 ⑤ フライパンにオリーブオイルをひき、トマトを炒める。 ⑥ 塩胡椒で調味する。 ⑦ 皿に盛り付け、パセリを振りかける。			

20分