令和元年度高校生商品開発コンテスト

優良賞　十和田高等学校　藤田＆長内

北限の桃“手まり寿司”

ほんのり香る桃の手まり寿司！！

【材料】（２人分）
あきたこまち・・１合
＜桃酢＞
桃ジュース・・・60ml　酢・・・・・・・・30ml
砂糖・・・・・・・20g　塩・・・・・・・・少々
＜２倍酢＞
酢・・・・・・・・20ml　砂糖・・・・・　15g
白だし
＜具材＞
蒸しえび・・・・６尾　きゅうり・・・2/3本
スライスチーズ・・・1/2枚
生ハム・・・・・２枚　大葉・・・・・・２枚
卵・・・・・・・・２個

【作り方】

①　えびを半分に開いておく。

②　きゅうりはピーラーでスライスし、チーズを星形に抜く。

③　桃酢を作り、炊きあがったご飯と混ぜ合わせる。

④　きゅうり・大葉は桃酢に漬けておく。

⑤　えびは白だしと２倍酢にそれぞれ漬ける。

⑥　トッピングするきゅうりは白すりごまと白だしに漬ける。

⑦　焼き錦糸卵を作る。

⑧　酢飯を一口大にし、具材をのせられる状態にする。

⑨　用意した具をトッピングし、できあがり。

令和元年度高校生商品開発コンテスト

優良賞　　大館鳳鳴高等学校　チーム鳳鳴Ｂ

あきたローフ

『届け！ふるさと秋田の味』
おいしい秋田の食材をギュッと詰め込んだ一皿です！！！ピリリと辛いえだマヨソースがあきたこまちと比内地鶏のうまみを引き立てます！

【材料】（２人分）

＜ミートローフ＞

ごはん（あきたこまち）・・・・・・・・120g
いぶりがっこ・・・10g　白ごま・・・・・10g
しょうが・・・・・6g　塩・・・・・・・少々
比内地鶏むね肉・もも肉・・・・・・各 120g
米パン粉・・・・・24g　比内地鶏卵・・・20g
牛乳・・・・・・20g　塩・こしょう・・少々

＜えだマヨソース＞

枝豆・・・・・・12g　マヨネーズ・・・・12g
秋田味噌・・・・・2g　わさび・・・・・・2g

＜付け合わせ＞

レタス・・・・・・40g　大葉・・・・・・・2g
ミニトマト・・・・20g
りんご・・・・・・10g　梨・・・・・・・・10g
酢・・・・・・・・・4g　塩・・・・・・・・・4g

【作り方】

＜ミートローフ＞

① いぶりがっこを縦２cm、横２cm、長さ１６cm の直方体に切る。
② 炊きあがったごはんを少しつぶし、白ごま、みじん切りのしょうが、塩を混ぜ、いぶりがっこを中心部に入れ三角の形に整える。
③ ボウルに鶏ひき肉、米パン粉、卵、塩、こしょうを混ぜ合わせる。
④ ③を器の底に２cm 程度敷き詰め、鶏もも肉を形にそって敷き詰め、２００℃のオーブンで３０分間焼く。
④ 焼き上がったら、２cm 幅に切り分ける。

＜えだマヨソース＞

① 枝豆を５分間塩ゆでし、みじん切りにする。
② ①、マヨネーズ、味噌、わさびを混ぜる。

＜付け合わせ＞

① レタス、大葉を水洗いし、千切りにする。
② ミニトマトをくし切りにする。
③ りんご、梨、酢、塩を混ぜてドレッシングをつくる。
④ 食べる直前にドレッシングをかける。

秋田県高等学校教育研究会家庭部会

令和元年度高校生商品開発コンテスト

優良賞　　大曲農業高等学校　　りんごちゃん

秋田丸ごとりんごケーキ

～かまくらの中に～

ごはんがお菓子に!?
新感覚丸ごとりんごケーキ

【材料】（２個分）

＜りんごのコンポート＞
りんご・・・・・２個　砂糖・・・・・・・9g
＜ケーキ生地＞
卵・・・・・・・100g　砂糖・・・・・・18g
牛乳・・・・・・20g　小麦粉・・・・・40g
ベーキングパウダー・・・・・・・・・・4g
サラダ油・・・・・8g

＜おこめ生地＞
ごはん（あきたこまち）・・・・・・・・60g
砂糖・・・・・・18g　水・・・・・・・90g
＜練乳クリーム＞
牛乳・・・・・・60g　砂糖・・・・・・18g

ミント・・・・・少々

【作り方】
＜りんごのコンポート＞
①　りんごの上部を切り、中をくり抜く。
②　鍋にくりぬいたりんごの中身、砂糖を入れ煮る。
＜おこめ生地＞
①　鍋に砂糖、水を入れ、熱する。
②　とろみがついてきたら、ごはんを入れて混ぜ合わせる。
＜ケーキ生地＞
①　ボウルに卵、砂糖を入れ、混ぜる。
②　牛乳、小麦粉、ベーキングパウダー、サラダ油を混ぜ合わせる。
＜焼く＞
①　くり抜いたりんごにおこめ生地、ケーキ生地の順に入れ１８０℃に予熱したオーブンで２０～２５分焼く。
②　練乳クリームを作る。鍋に牛乳、砂糖を入れ、とろみがつくまで熱する。できあがった練乳クリームはソースポットに注ぐ。
③　りんごケーキを皿に盛り付け、ミントを飾る。

秋田県高等学校教育研究会家庭部会

令和元年度高校生商品開発コンテスト

優良賞　　増田高等学校　　美ユ羽

三味一体秋田っぷりだまこ

オラだの舌で秋田が躍る。

【材料】（２人分）

だまこ（白）：あきたこまち・・・・・・100g
だまこ（赤）：あきたこまち・・・・・・100g
　　あさむらさき・・・・・・10g
いぶりがっこ・・・20g

＜肉味噌＞

鶏ひき肉・・・・20g　生姜・・・・・・・4g
サラダ油・・・・・4g　味噌・・・・・・・6g
砂糖・・・・・・・2g　酒・みりん・・各 4g

＜しょっつるジュレ＞

しょっつる・・・10g　ゼラチン・・・・・6g
水・・・・・・・200ml　水・・・・・・・30ml

＜かつおだし汁＞

かつお節・・・・10g　水・・・・・・・200ml
薄口醤油・・・・・4g
セリ・・・・・・・6g

【作り方】

＜だまこ＞

① 炊いたご飯（白・赤）をそれぞれ半殺しにする
② ご飯をそれぞれ半分に分け、肉味噌、みじん切りしたいぶりがっこを中に入れ、だまこを作る
③ ②を 200℃で 10 分オーブンで焼く

＜肉味噌＞

① フライパンに油をひき生姜を入れ香りを出し、鶏ひき肉を炒める。
② 火が通ったら味噌、砂糖、酒、みりんを加える。

＜しょっつるジュレ>

① ゼラチンを水 30ml に浸しておく
② 水 200ml としょっつるを合わせ、軽く温めゼラチンを入れて溶かす
③ ②を冷やして固め、固まったら崩してジュレにする。

＜かつおだし汁＞

かつおだしを取り、薄口醤油を加える

<盛り付け>

だまこを盛り付けジュレをかけ、最後に 2 ㎝幅に切ったセリをのせたら完成。

令和元年度高校生商品開発コンテスト

優良賞　　増田高等学校　　なっとう姉妹

こめっぺ ～秋田の香りをそえて～

食感、味、香りすべてが
あなたを秋田へ
誘（いざな）う新前菜

【材料】（２人分）

＜米カナッペ＞
白：ごはん（あきたこまち）・・・・・・60g
赤：ごはん（あさむらさき入り）・・・・60g
※米１合にあさむらさき大１を入れて炊く

＜納豆ハタハタ和え＞
ハタハタ・・・・60g　みりん・・・・・10g
醤油（ハタハタ用）48g　酒・・・・・・・20g
納豆・・・・・・・20g　梅・・・・・・・12g
大葉・・・・・・・4g　醤油・・・・・・6ｇ
砂糖・・・・・・6g

＜比内地鶏と和梨のジュレ＞
比内地鶏・・・・30g　和梨・・・・・・40g
白ワイン・・・・10g　みりん・・・・・10g
醤油・・・・・・・12g
バター・・・・・・4g　ゼラチン・・・・・4g
塩・こしょう・・少々　サラダ油・・・・・4g

セリ・・・・・・適量

【作り方】

＜比内地鶏と和梨のジュレ＞
① 比内地鶏に塩、こしょうをかけて油で炒める。
② 和梨を擦って火にかけ、白ワイン、みりん、醤油、①で炒めたときに出た肉汁を入れてひと煮立ちさせる。
③ いったん火を止めてバターを入れ、水であらかじめ戻しておいたゼラチンを入れる。
④ ③をバッドに移して、冷蔵庫で冷やす。

＜納豆ハタハタ和え＞
① ハタハタをみりん、醤油、酒に漬け、グリルで 10 分焼く。
② 納豆、梅、大葉、ハタハタを混ぜ、醤油と砂糖を入れる。

＜米カナッペ＞
① ごはんを食感が残るくらいに程よくつぶす。
② ①を厚さ３ｍｍほどの丸形にして１８０℃に予熱しておいたオーブンで１５分ほど焼く。
③ 焼き終わった米カナッペ（赤）に比内地鶏と和梨のジュレ、セリを盛り付ける。米カナッペ（白）には納豆ハタハタ和え、大葉を盛り付ける。

秋田県高等学校教育研究会家庭部会

令和元年度高校生商品開発コンテスト

優良賞　　増田高等学校　　美ユ羽

三味一体秋田っぷりだまこ

オラだの舌で秋田が躍る。

【材料】（２人分）

だまこ（白）：あきたこまち・・・・・・100g
だまこ（赤）：あきたこまち・・・・・・100g
　　あさむらさき・・・・・・10g
いぶりがっこ・・・20g

＜肉味噌＞

鶏ひき肉・・・・20g　生姜・・・・・・・4g
サラダ油・・・・・4g　味噌・・・・・・・6g
砂糖・・・・・・・2g　酒・みりん・・各 4g

＜しょっつるジュレ＞

しょっつる・・・10g　ゼラチン・・・・・6g
水・・・・・・・200ml　水・・・・・・・30ml

＜かつおだし汁＞

かつお節・・・・10g　水・・・・・・・200ml
薄口醤油・・・・・4g
セリ・・・・・・・6g

【作り方】

＜だまこ＞

① 炊いたご飯（白・赤）をそれぞれ半殺しにする
② ご飯をそれぞれ半分に分け、肉味噌、みじん切りしたいぶりがっこを中に入れ、だまこを作る
③ ②を 200℃で 10 分オーブンで焼く

＜肉味噌＞

① フライパンに油をひき生姜を入れ香りを出し、鶏ひき肉を炒める。
② 火が通ったら味噌、砂糖、酒、みりんを加える。

＜しょっつるジュレ>

① ゼラチンを水 30ml に浸しておく
② 水 200ml としょっつるを合わせ、軽く温めゼラチンを入れて溶かす
③ ②を冷やして固め、固まったら崩してジュレにする。

＜かつおだし汁＞

かつおだしを取り、薄口醤油を加える

<盛り付け>

だまこを盛り付けジュレをかけ、最後に 2 ㎝幅に切ったセリをのせたら完成。

秋田県高等学校教育研究会家庭部会

令和元年度高校生商品開発コンテスト

優良賞　　増田高等学校　　美ユ羽

三味一体秋田っぷりだまこ

オラだの舌で秋田が躍る。

【材料】（２人分）

だまこ（白）：あきたこまち・・・・・・100g
だまこ（赤）：あきたこまち・・・・・・100g
　　あさむらさき・・・・・・10g
いぶりがっこ・・・20g

＜肉味噌＞

鶏ひき肉・・・・20g　生姜・・・・・・・4g
サラダ油・・・・・4g　味噌・・・・・・・6g
砂糖・・・・・・・2g　酒・みりん・・各 4g

＜しょっつるジュレ＞

しょっつる・・・10g　ゼラチン・・・・・6g
水・・・・・・・200ml　水・・・・・・・30ml

＜かつおだし汁＞

かつお節・・・・10g　水・・・・・・・200ml
薄口醤油・・・・・4g
セリ・・・・・・・6g

【作り方】

＜だまこ＞

① 炊いたご飯（白・赤）をそれぞれ半殺しにする
② ご飯をそれぞれ半分に分け、肉味噌、みじん切りしたいぶりがっこを中に入れ、だまこを作る
③ ②を 200℃で 10 分オーブンで焼く

＜肉味噌＞

① フライパンに油をひき生姜を入れ香りを出し、鶏ひき肉を炒める。
② 火が通ったら味噌、砂糖、酒、みりんを加える。

＜しょっつるジュレ>

① ゼラチンを水 30ml に浸しておく
② 水 200ml としょっつるを合わせ、軽く温めゼラチンを入れて溶かす
③ ②を冷やして固め、固まったら崩してジュレにする。

＜かつおだし汁＞

かつおだしを取り、薄口醤油を加える

<盛り付け>

だまこを盛り付けジュレをかけ、最後に 2 ㎝幅に切ったセリをのせたら完成。