

学校名	五戸町立五戸中学校	第2学年	
氏名	三枝 宗介 さん		
料理名	ホタテとしらたきの磯煮		
レ シ ピ	【材料】(4人分)		【作り方】
	食品名	分量(g)	① 結びしらたきはさっと水洗いし、水切りする。 ② しそは千切りにする。 ③ 鍋に水を沸騰させ、Aを加える。 ④ 2分後、再沸騰したらホタテ、しらたきを加え、一混ぜした後、2分程煮る。 ⑤ 火を止めて、しそを加えて一混ぜする。
	ベビーホタテ	150	
	結び糸しらたき	360	
	青じそ	5	
水	400		
A	酒	15	
	塩	2.5	
	薄口しょうゆ	18	
	みりん	1.5	
			【写真】
			
【ひとことメモ】			
<p>❖ 県産ホタテとしそを入れることで、いちご煮のような磯の香のするさっぱりとした料理にしました。</p> <p>❖ 冷やしてもおいしいので、夏でもおいしく食べることができます。</p>			

※この用紙に記入された個人情報は、この企画以外の目的には使用いたしません。

◎このレシピ及び写真は、応募用紙を基に再現したものです。