

## 米粉・米粉パスタ料理コンクール 入賞者発表! ①

おめでとう!

11月8日(月)に本校にて「米粉・米粉パスタコンクール」表彰式を行いました。応募総数204点の中から、米粉PLUSさん、JAめぐみのさん、ぶうめらんさん、関市農林課さん、中部学院大学短期大学部さん、校長先生、家庭クラブ研究委員により厳正な審査をしていただきましたのでその結果を報告します。



### 【米粉PLUS賞】



2年2組 山田 麗さん (米粉使用)

「米粉でつくる抹茶アイスとグルテンフリーのブラウニー」

**選定理由**: 「食物アレルギー」、「見た目」、「調理技術」の視点で作品を審査しました。このレシピは、3つの視点の全てがよかったです。米粉を食材としてアイスをつくるというアイデアは斬新で素晴らしいですね。グルテンフリーの着眼点も良いです。

喜びの声 今回の米粉料理コンクールで私は小麦アレルギーのある方でも手軽に食べられるデザートを作りました。こういった活動を通して米粉が今よりもさらに普及し食生活の幅が広がり、食物アレルギーを持っている方の負担を減らすことができるといいなと思いました。

【セキのうりん賞】(関市農林課) 2年2組 田邊 望乃さん (米粉使用)



「米粉プリン〜ブルーベリーソースがけ〜」

**選定理由**: 「誰でも簡単に作れます」という言葉に魅力を感じました。米粉を身近なものにするために作りやすいレシピがあるといいなと思い選びました。また、ブルーベリーは関市洞戸で多く作られています。これからも関市のお米、特産品を活用して、地産地消の取り組みを深めていって欲しいです。

喜びの声 米粉を使ったプリンはだれでも簡単に作れることが1番のポイントです。私は料理があまり得意ではないですが簡単に美味しく作ることが出来ました。米粉を使うことでアレルギーを持った方でも様々な物が食べられるようになることを今回の活動でよく知ることが出来ました。

## 米粉・米粉パスタ料理コンクール 入賞者発表！②

【ぶうめらん賞】

2年3組 永田 涼さん（米粉使用）



「米粉と豆腐の小那比茶団子」

**選定理由**：米粉を団子にするという定番のレシピの中に豆腐や小那比茶という新しい素材を取り入れることで、若い世代から高齢の方まで、「食べてみたい」と思えるレシピになっています。米の「糖質」にネガティブなイメージを持たれることが多い中、ヘルシーでよく噛める健康的なスイーツですね。

喜びの声 団子には米粉と郡上のきれいな水で作られた豆腐、抹茶ソースには小那比茶を使い、地元である郡上の食材の良さが伝わるレシピにしました。仕上げには茶葉を振りかけてソースの甘さの中にお茶の苦みと香ばしさを感じられるスイーツになったと思います。

【中部学院大学短期大学部学長賞】2年3組 澤村 和樹さん（米粉使用）



「米粉でつくる真鯛のムニエルホワイトソース添え」

**選定理由**：家庭で食事の主菜となる料理に米粉が使われており、ご飯と一緒に食べることができるため大変良いと思いました。ムニエルにも米粉、ソースにも米粉が使われており、小麦アレルギーの子どもたちにもおいしく食べることができるのがうれしい工夫になっていました。ホワイトソースは、地元の関牛乳を使用していましたが、もし牛乳アレルギーのある方（児）が食べるのであれば、豆乳などを使ってもよいと思いました。素晴らしい作品でした。

喜びの声 私は、レシピにも書いたように、米粉を日常生活の中に取り入れることが大事だと考えています。特に、普段小麦粉を使っているところを米粉に代えてみることは、実践しやすく、皆が米粉を身近に感じることができるのではないかと考えます。この度はこのような賞に選んでいただきありがとうございました。

【F R H賞】

2年5組 逢坂 亮太郎さん（米粉使用）



「とみちゃんかぼちゃの黄金鮎たい焼き」

**選定理由**：単価が最安、時間も最短なのに、米粉&富加町のカボチャと食材も素晴らしい。加えて町のブランド化にもつながる可能性も秘めており、今後の展開が楽しみです。シンプルだけど美味しそうなたい焼き。アイデアが良いです。

喜びの声 まさか僕の料理がFRH賞に選ばれるなんて思ってもみなかったので、今回受賞できてとても嬉しいです。地域の新ブランドの宣伝に少しでも力になれば良いなと思います。とても有意義な経験になりました。

## 米粉・米粉パスタ料理コンクール 入賞者発表！③

【関高家庭クラブ賞】



2年6組 大西 結菜さん（米粉使用）

「もちっとカリカリ新食感！スイートダッチベイビー」

**選定理由**：彩りがよく「食べてみたい！！」と食欲がそそられます。調理時間や費用の面でも私たち学生にも挑戦できそうです。「もちっとカリカリ新食感！」米粉の良さもアピールできる素晴らしい作品ですね。すてきな作品を考えてくださりありがとうございます！家庭クラブ研究チーム一同

喜びの声 今回コンクールに参加して、米粉料理は奥深いと感じました。米粉は調理法によって様々な食感に変化して面白いです。この作品ではカリカリ、モチモチ、トロ〜リという3つの食感を味わえる工夫をしました。賞を頂き嬉しいです。

【JAめぐみの賞】



（スパゲッティ使用）

「にんにく香る彩り野菜パスタ」

**選定理由**：とうもろこしの芯やヒゲなど普段捨ててしまう部分も利用して、無駄がないように工夫された作品でした。地元の野菜をたくさん使用していて彩りもよく、見た目もきれいな料理に仕上がっていると思います。

喜びの声 米粉料理コンクールのお陰で米粉で作ったスパゲッティがある事を知り、夏の大好きな野菜であるとうもろこしを余す事なく使い、メニューを考えました。今回はJAめぐみの賞を頂き、ありがとうございました。

【ご講評】

・関高校の活動は本当の意味でのバリアフリーだと感じています。これからもコツコツ頑張ってください。・ぜひ、活動を継続してください。楽しみにしています。いつかレシピ本が出せると良いですね。・今後も探究的視点を生かした関高家庭クラブの展開に期待しています。

【米粉コンクールを終えて】

今年で4回目を迎えたコンクール。応募総数やご講評、地域の方からのお言葉から活動が少しずつ定着していると感じています。応募して下さった204名の生徒の皆さん、ご協力ありがとうございました。皆さんの応募作品は、地域に広めるために、「関市市民活動センター」に置いていただいています。

