


優秀賞

令和5年度学校給食レシピコンテスト レシピ

学校名	むつ市立大平中学校	第3学年
氏名	中村 和央さん	
料理名	「みそ かい？」パスタ	

レシピ	【材料】(4人分)		【作り方】
	食品名	分量(g)	
	ベビーホタテ	240	① バターをフライパンで溶かし、ホタテを加え、焼き色が付くまでソテーし、酒を振り入れる。 ② ①に水を入れ、沸騰したところに牛乳で溶いた味噌を加える。 ③ 長ネギを加え、溶いた卵を加え、卵が固まったら火を止める。 ④ 茹でたパスタにバターをからませ、③を上にかける。 ⑤ パセリを散らす。
	バター	20	
	酒	24	
	水	400	
	牛乳	80	
	味噌	40	
	長ねぎ(斜めスライス)	80	
	卵	200	
	パスタ	320	
	バター	20	
	パセリ(みじん切り)	4	
			【写真】



【ひとことメモ】

❖郷土料理の「みそかいやき」はごはんに合うので、パスタにしても合うと思い、このレシピを考えました。

※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。