

チーズフェスタ  
チー1  
グランプリ  
CHEESE-1GRANDPRIX

第3回

# 997点の中からグランプリ決定!!

応募総数 997 点の中から、地域選抜 12 作品を選出し、最終審査をチーズフェスタ実行委員会にて行いました。その結果、グランプリ・準グランプリが決定いたしました。

## いかなごと海苔の和風バケット

(応募者：ムーミンさん)

制作時間  
15分



### 材料(4人分)

フランスパン	4切れ	砂糖	小さじ2
明石海苔	全形1枚	モッツアレラチーズ	50g
だし	大さじ2	いかなごちりめん	20g
醤油	小さじ2	大葉	1枚

### 作り方

- 海苔ソースを作る。耐熱容器に細かくちぎった海苔、だし、醤油、砂糖を入れて600Wで約50秒加熱して軽く煮立てる。
- バケットに海苔ソースを塗り、モッツアレラチーズといかなごちりめんを乗せてトースターで焼く。刻んだ大葉を散らして完成!

### アピールポイント

兵庫県ではいかなごを釘煮にして食べるのが一般的ですが、違った食べ方を考えました。海苔のソースも味のポイントです☆ いかなごに含まれるビタミンD、大葉に含まれるビタミンCはチーズに含まれるカルシウムの吸収を助けるので食べ合わせも良いです。

## あきたこまちのチーズライスボール

(応募者：ヒトさん)



### 材料(4人分)

あきたこまち	200g(お茶碗2杯ほど)	とろけるスライスチーズ	4枚
いぶりがっこ	20g	ミックスチーズ	20g
とんぶり	適宜	(ピザ用など)	
粉チーズ	大さじ2杯	牛乳	50ml
ウィンナーソーセージ	2本	塩・黒コショウ	少々

### 作り方

- あきたこまちを炊いて用意しておく。
- いぶりがっこは粗いみじん切りにし、ウィンナーも薄くスライスしておく。
- ごはんの中へ「とんぶり」と「スライスチーズ」以外の具材、チーズ、調味料を入れ混ぜ合わせる。
- よく混ぜたら、丸く成形し、耐熱のお皿へ分けて入れる。とろけるチーズをのせる。
- オーブントースターで、上にのせたチーズが溶けるくらいまで焼く(目安2分ほど)。
- 最後にとんぶりをトッピングして完成。

## 麩とモッツアレラの辛子和え

(応募者：おいちゃんさん)



### 材料(4人分)

モッツアレラチーズ	100g	麩市の辛子酢味噌	大さじ3
角麩	4枚	(または味噌)	大さじ1.5
昆布茶	小さじ1	酢	大さじ1.5
きゅうり	1本	砂糖	大さじ1.5
塩	1g	地辛子	10g
越のルビィ	8個	(10ccのお湯で練る)	
		大葉	2枚

### 作り方

- 角麩を8等分にカットし、昆布茶を入れた水で戻す。
- きゅうりをスライスして塩もみ、モッツアレラチーズを1センチカットにする。
- きゅうりと麩をしっかりと絞り、モッツアレラも加え辛子酢味噌で和える。
- 越のルビィを横半分カットし、その上にのせ、刻んだ大葉をのせれば出来上がり。