

# 第2回 ガスで彩る楽しい料理Cooking Contest 決勝大会報告

主催 埼玉県ガス協会  
開催場所 東彩ガス料理教室  
クルール



最後は18チームと審査員で記念撮影。第3回大会は、読者の皆さんも参加してみたい?

委員長の掛け声と共に「斉に調理が

持ち時間は40分。服部幸應審査  
が参加されました。  
参加者の顔ぶれも実に多彩で、小  
さなお子様との親子チームや彼女の  
ためにいつも料理をしているという  
男子大学生、または女子高校生チー  
ムや30・40歳代の主婦から60歳代のベ  
テラン主婦まで、実に幅広い層の方々  
が参加されました。

優勝したのは東彩ガス代表、  
大塚さん・金子さんペアです!!

昨年12月13日に埼玉県ガス協会主  
催「第2回ガスで彩る楽しい料理クッ  
キングコンテスト」決勝大会が盛大に  
開催されました。地区予選を見事  
勝ち抜いてきた18組26名の料理自慢  
の方々が「我こそは!」と腕を振るい  
ました。

## 喜びの声



東彩ガス代表・大塚さん・金子さんペア

鯛飯、天ぷら、鯛汁と1尾の鯛を余すところなく使ったところがポイントです。ガスコンロの揚げもの温度調節機能のおかげで、天ぷらがカラッとおいしくできました。もうすぐお食い初めの長女へのお祝い料理として考案したので、優勝できて本当に嬉しいです!

スタート!「限られた時間内で、手際  
良くおいしい料理を仕上げるには、  
ガスコンロの使い方がカギ。炎を見なが  
ら火加減調節できるガスのメリット  
を最大限に活用してください。強火  
でシャキッと仕上げるもの、とろ火で  
じっくり旨みを引き出すものなど、  
火の入れ方次第で料理の良し悪し  
が決まりますよ」と服部先生。みな  
さんガスコンロの特性を十分に活かし、  
自慢の一品を次々と完成。「非常にレ  
ベルも高く、すばらしい料理でした!」  
と参加者全員に惜しめないエールが  
送られました。

### 優勝レシピ

## 家族みんなのお祝い料理 おめで鯛飯



天ぷらがのった鯛飯と、だし汁・鯛のアラで作った鯛汁。

### 材料

- 真鯛……………1尾
- 米……………3合
- 赤米、黒米……………各大さじ1
- 昆布……………10cm
- 塩……………少々
- 酒……………大さじ2
- 薄口しょうゆ……………大さじ2
- 水……………540ml
- 生姜……………1片
- 天ぷら粉……………適量
- かまぼこ
- 桜えび(粉末にしたもの)
- 紅白菊花かぶ(かぶ、赤梅酢、甘酢)
- 季節の野菜(里芋、栗、銀杏、舞茸、柚子など)

### 作り方

- ①米、赤米、黒米を合わせて洗い、ざるに上げ、浸水しておく。炊飯鍋に米、水、調味料、昆布、真鯛半身、あらを入れて炊く。炊けたら身をほぐして混ぜておく。
- ②真鯛の半身をうすくそぎ切りし1/3をゆるく溶いた天ぷら粉、残りは桜海老を加えた天ぷら粉でからりと揚げる。
- ③飯台に鯛飯を入れて鯛の形にし、揚げた鯛の身をうろこ状に並べ、かまぼこで尾やひれを作る。
- ④鯛の周りに菊花かぶや季節の野菜を飾る。

### 審査委員長・服部先生からひと言

ご飯を炊く、天ぷらを揚げる、鯛汁を煮る…と、すべての行程をガスコンロで手際よく作っていた点には本当に感心しました。もちろん、味も文句なしの満点ですね!

