

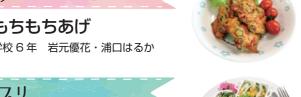
小·中学生部門



グランプリ

オクラのもちもちあげ

作者:指宿小学校6年 岩元優花・浦口はるか



準グランプリ

オクラ畑で採れたたまご

作者: 魚見小学校 4 年 下川床愛花・川内玲美



山川水産加工業協同組合賞

夏野菜とかつおのタイカレー風 作者:西指宿中学校2年 徳田杏・大重愛



いぶすき農業協同組合賞

ヽルシーオクラぎょうざ

作者: 北指宿中学校3年 柴田郁・喜多向日葵













健幸食とは? 健康で幸せな 食事のこと



オクラ部門



グランプリ

オクラピザ





準グランプリ

オクッキー



いぶすき農業協同組合賞

'ホッ"と一息おくらのポタージュ



優秀賞

オクラの梅肉挟み

作者:新田智和子





かつお部門



グランプリ

なまぶしとオクラ漬のディップ~サクサクバン添え~



準グランプリ

受験に勝つおPassタ

作者:水流舞香



山川水産加工業協同組合賞

カツオだしのかつお飯

作者:可児キミ子



優秀賞

かつおコロコロ3姉米

作者:いぶすき大好きチーム



平成29年度 指TABLEレシピコンテスト

健幸レシピ集



指宿市では、指宿の地域食材を使用した健幸食の 普及を図るため、「指TABLEレシピコンテスト」を実 施しています。今回は「オクラ」と「かつお」を使用 した多くの応募作品の中から、優秀作品として選ば れた12作品をリーフレットにまとめました。家庭で 手軽に作れる料理ばかりです。ご家庭のメニューに 「健幸食」を加えてみませんか。







IBUTABLE

発行元:指宿市役所 健幸のまちづくり推進室

〒891-0497 鹿児島県指宿市十町 2424 番地 TEL: 0993-22-2111 (内線 287·289)

FAX: 0993-27-1200

E-mail: kenko-machi@city.ibusuki.jp

