

# 食肉惣菜創作発表会佐賀県大会参加作品

<b>4</b>	ふりがな 氏名	<b>山田 利子</b>	年齢	15歳
学校名	佐賀県立佐賀商業高等学校			
ふりがな 作品名	<b>鶏肉の4種の薬味のせ</b>			
作品の特徴 100~150字程度 でまとめて下さい	様々な薬味を使っていて、何もかけなくても食べやすい			
使用食肉 部位と量(g) (4人分)	豚肉 部位と量(g)	<副材料>	食肉の金額	130円
	牛肉 部位と量(g)	なす・新しょうが・みょうが・大葉・他	副材料の金額	525円
	鶏肉 部位と量(g) ささみ(4本)130g		合計金額	655円
副材料 (4人分)	なす 4本 新しょうが1/2個 みょうが 1個 大葉 4枚 しょうゆ 適量 大ねぎ 好きな量 ごま油 適量			
作り方	① なすを半分に切り、両面焼く(ごま油をしく)(ふたをする) ② 鶏肉がきつね色になるまで焼く。 ③ その間に、みょうが・しょうが・大葉を千切り、大ねぎを輪切りにする。 ④ なすが冷えたら、皮を手ではぐ。 ⑤ なすを4cmくらいに切る。 ⑥ 鶏肉が冷えたら、手でさく。 ⑦ 皿になすを入れて、鶏肉を乗せる。 ⑧ みょうが・しょうが・大葉を上に乗せる。 ⑨ お好みでしょうゆをかける。 ⑩ ⑪ ⑫ ⑬			