

優勝

東海道川崎宿

応募
用紙

三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

作品名			大師の浜～貝やあおさをまぜ込んで～		
作品の紹介			あさり佃煮、あみの佃煮とあおさを「まぜ込んで」のりで包む。佃煮の甘く濃い正油味とあおさのりのほのかな香りを楽しむおむすび!		
作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	▲材料	▲分量	▲調理手順		
	あさり佃煮 あみ佃煮 あおさ のり ごはん	5～6コ 少々 少々 適量 100g	ごはんにあさり佃煮、あみ佃煮、あおさを 入れまぜ込み 三角おむすびに! のりで包む。		
写真貼付欄					
応募締切	平成28年2月29日(月)必着				
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp				

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

2位

東海道川崎宿

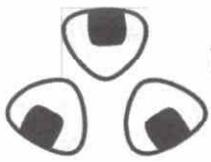


三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

作品名	御敵おむすび		
作品の紹介	昨年にひきつづき、手軽に出来るよう改善し再度チャレンジしました。		
作り方 <small>※調理手順、材料などを御記入ください。</small>	△材料 塩、のり やかり あおさ かつおぶし 粉チーズ マヨネーズ しょう油	△分量 ツタ ティースプーン ツタ	△調理手順 ① 塩おむすびを作り向かりにのりを巻く ② ティースプーンで二割のようにおむすび型を作る(3ヶ所) ③ へこんだ部分に、やかり、あおさをのせる ④ かつおぶし、粉チーズ同量、マヨネーズ、しょう油、ツタをませ、残りの1ヶ所にのせる
写真貼付欄			
応募締切	平成28年2月29日(月)必着		
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp		

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。



「東海道川崎宿三角おむすび」
レシピコンテスト 応募用紙 (電子申請)
～川崎の名物おむすびを生み出そう!～

観光協会賞



葵 紋

作品名	のらぼう菜っぱ巻にぎり		
作品の紹介	サッカーアフレ、新しい川崎地区に移住する若い世代や子供達、そしてオリピックを見据え外国人等、人の集まる川崎に日本・川崎の伝統食材(発酵食品)や歴史を伝えたい思いで考案致しました。中原区にはたくさんの歴史スポットや北条政子の妹が嫁ぐ際に持っていたとされるのらぼう菜の火田もあります!		
作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	●材料 のらぼう菜の葉 塩しやこ・かあぶし 糸内豆 しょうゆ素(しょうゆ) 塩素(なめし) ゴマシ由 ごはん	●分量 大2枚 各2枚 10g 1g 少々 1/2 100g	●調理手順 ①のらぼうを軽くゆでて水けを切っておく ②1枚の葉はきざみ、フライパンにゴマシ由、のらぼう・かあぶし・納豆・塩しやこ・しょうゆを入れ、油ばりがなくなるまでコシないように炒め具の出来上がり ③もう一枚の葉を揚げ葉の表面に塩素をすり具をつけたおにぎりを置いてご飯を葉で巻いたら成功!!
写真貼付欄	 <p style="position: absolute; right: 0; top: 50%; transform: translateY(-50%); font-size: small;">※納豆(豆のぬばり)は、くさみはなっておくと、さほど感じません</p>		
提出期限			
応募先	川崎区夜所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 電話044-201-3136 FAX044-201-3209 メールアドレス 6ltisin@city.kawasaki.jp		

※応募要項をよくご覧の上、応募をお願いします。
※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。
※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。



「東海道川崎宿三角おむすび」
レシコンテスト 応募用紙 (電子申請)
～川崎の名物おむすびを生み出そう！～

広域商連賞



葵 紋

作品名	紫蘇と梅のピリ辛三角おにぎり		
作品の紹介	紫蘇と梅と山椒の粉でシンプルながら美味しい味を目指しました。		
作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	●材料 ご飯 山椒の粉 梅干し(中) 紫蘇の葉 海苔	●分量 100g 適量 2分の1個 2枚 大判4分の1	●調理手順 1. ご飯と山椒の粉を混ぜます。 2. 梅干しと紫蘇をみじん切りにして合わせます。 3. ご飯と海苔を巻く部分に2. を塗ります。 4. 海苔を巻きます。
写真貼付欄			
提出期限	平成28年2月29日(月) 必着		
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 電話044-201-3136 FAX044-201-3209 メールアドレス 61tisin@city.kawasaki.jp		

※応募要項をよくご覧の上、応募をお願いします。

※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。

※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

区長賞

東海道川崎宿

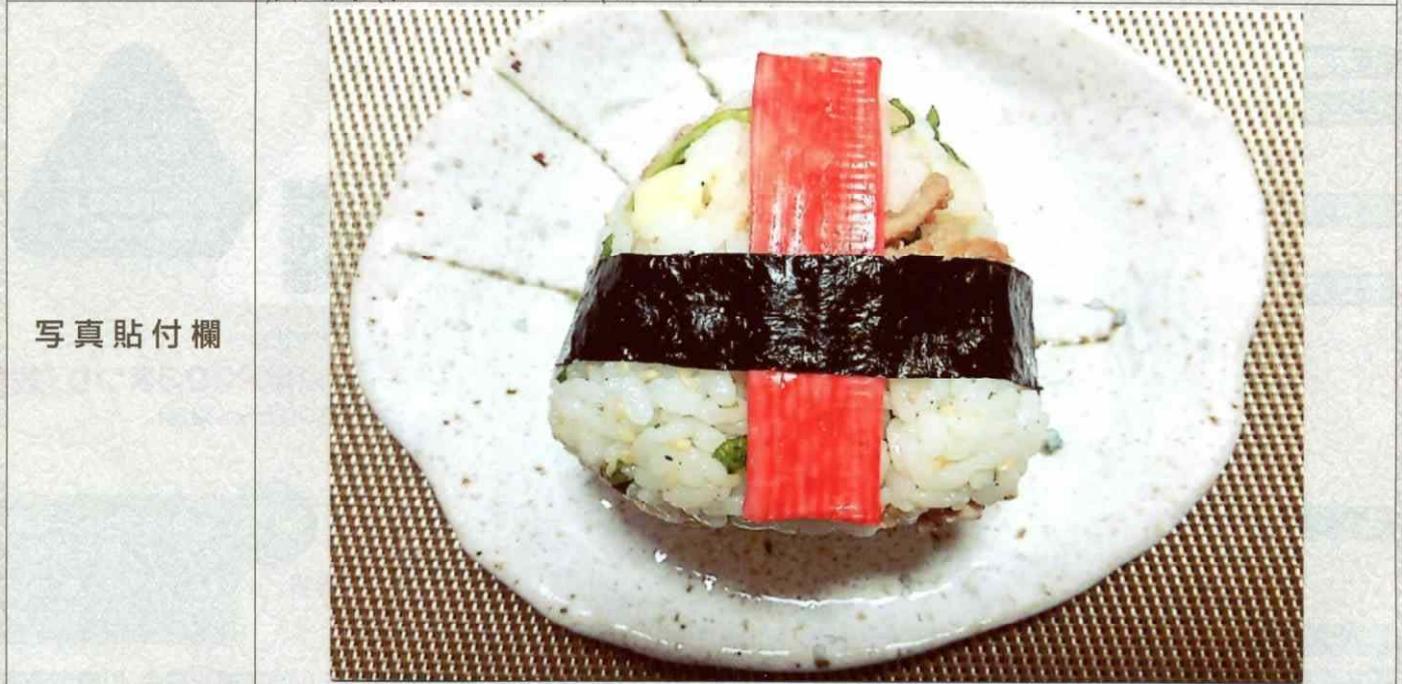
応募
用紙

三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

Blank area for drawing or additional information.

作品名	せなかの赤いカニおむすび		
作品の紹介	自分の通う市立川崎高校の近くにある医王寺には、お寺を大火事から守った「せなかの赤いカニ」という民話があります。それをイメージしたおむすびを作ってみました		
作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	△材料 ごはん 牛ひき肉 しょうゆ 酒 さとう プロセスチーズ 大葉 白ごま カニかまぼこ	△分量 90g 30g 1cc 1cc 1cc 5g 2枚 2g 1本	△調理手順 ①牛ひき肉をしょうゆ、酒、さとうで炊いてそぼろを作る ②大葉とプロセスチーズを細かく切る ③白いごはんは①と②と白ごまを混ぜてから、手に塩をつけて三角おむすびを作り、かにかまぼこをのせて押し付け、海苔で巻いて固定する



応募締切 平成28年2月29日(月)必着

応募先 東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係
〒210-8570 川崎市川崎区東田町8
【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。



「東海道川崎宿三角おむすび」
レシピコンテスト 応募用紙（電子申請用）



葵紋

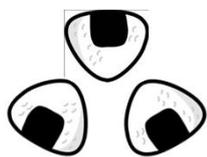
～川崎の名物おむすびを生み出そう！～

作品名	どこから食べてもチーズむすび		
作品の紹介	孫がおむすびを食べていて「まだ具が出てこない」と言うのを聞いて思いついたおむすびです。市販のおむすび型を使うので簡単に出来ます。写真のおむすびは普通のスライスチーズですが、とろけるチーズを使い炊きたてご飯だととろっと馴染みます。とろけるチーズなら海苔はまかなくてもくずれません。		
作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	<p>●材料</p> <p>鮭フレーク いりゴマ スライスチーズ ご飯</p>	<p>●分量</p> <p>大きじ1 大きじ半分 一枚 100g?</p>	<p>●調理手順</p> <p>ご飯に鮭フレークといりゴマを入れよく混ぜる。おむすび型に混ぜたご飯を半分の高さまで入れる。抜き型をスライスチーズにあてると抜き型を同じサイズにチーズが抜ける。それを半分以上まで入れたご飯の上にのせる。その上に残りのご飯をのせ型で押す。お好みで海苔をまいても。</p>
写真貼付欄			
提出期限	平成28年2月29日（月）必着		
応募先	<p>東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 電話044-201-3136 FAX044-201-3209</p>		

※応募要項をよくご覧の上、応募をお願いします。

※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。

※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。



「東海道川崎宿三角おむす
レシコンテスト 応募用紙 (電
～川崎の名物おむすびを生み出す～」

クッキング賞

葵 紋

作品名	アジアン香る♪ガーリックライス・オニギリ		
作品の紹介	エビをニンニクで炒めレモンとナンプラーで味付けし、おにぎりの具に！ トッピングにガーリックチップをちらしました。 レモンガーリックのさわやかな風味とカリカリの食感で食欲そそるおにぎりです。		
作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	●材料 ごはん むき海老 (大) 酒、黒こしょう ニンニク (みじん切り) サラダ油 レモン汁 ナンプラー パクチー (葉の部分) 市販のガーリックチップ 塩	●分量 100 g 3尾 各少々 1かけ 小さじ1 小さじ1 小さじ1/2 適量 適宜 適宜	●調理手順 ①海老は余分な水分を除き、酒、塩、黒こしょう少々で下味をつける。 ②フライパンにサラダ油とニンニクを入れて弱火にかけ、ニンニクの香りがするまで加熱し、①を並べ入れ火が通るまで加熱する。 ③②にレモン汁とナンプラーを加え、絡めるように加熱する。 ④ボウルにごはんとパクチーをちぎって入れ切り混ぜる。 ⑤③を具に三角に握り、塩少々を手のひらに取り握る。 ⑥パクチーの葉一枚とニンニクチップをトッピングし、皿に盛りつける。
写真貼付欄			
提出期限	平成28年2月29日 (月) 必着		
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 電話044-201-3136 FAX044-201-3209 メールアドレス 61tsin@city.kawasaki.jp		

※応募要項をよくご覧の上、応募をお願いします。

※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。

※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

東海道川崎宿

応募
用紙三角おむすび
レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

作品名	カレーライスおむすび		
作品の紹介	カレーライスとジャガイモを混ぜ、カレーライスを焼いて、ジャガイモの皮を剥いておむすびにします。		
作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	△材料 米 カレーライス ジャガイモ ミックスベジタブル 塩 味の素	△分量 100g 2g 1個 10g 少々 少々	△調理手順 ①ミックスベジタブルを炒めてジャガイモと混ぜる ②カレーライス、味の素、塩を混ぜる ③おむすびに混ぜたカレーライスとジャガイモを混ぜて5分程度焼く。
写真貼付欄			
応募締切	平成28年2月29日(月)必着		
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp		



東海道川崎宿

三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

<p>作品名</p>	<p>「I LOVE 川崎」</p>		
<p>作品の紹介</p>	<p>川崎で愛されている物を取り入れた3種のおにぎりにす ①「♡」は、潮干がりでとれるアクリをカレー味にしたおにぎり(洋風) ②「川崎」は、豚肉のしょうが焼きを入れたおにぎり(和風) ③「川崎」は、中華料理が多い川崎の街にちなんで担々おにぎり(中華)</p>		
<p>作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。</p>	<p>▲材料 ご飯 ①アクリの缶詰、クミンパウダー、パセリ、塩コショウ、油 ②豚ロース肉、白ゴマ、シヨ油、みりん、酒 ③豚ひき肉、ちんげん菜、しょうが、ニンニク、塩コショウ、ラー油、ゴマ油、コチニヤン、卵黄、白ゴマ</p>	<p>▲分量 各100g 各20g 50g 小さいすず 20g 20g 適量 1/2 適量</p>	<p>▲調理手順 ① フライパンに油をしきアクリを炒め塩コショウパウダーを入れてなじませる ② 温かいご飯にアクリを混ぜてレンジで温め①を中身に入れておにぎりにする ① 豚ロース肉を油で両面に焼く。両面こんがりきつね色になったらしょうが、白ゴマ、シヨ油、みりん、酒を入れて味つけをし煮つめる ② 水分がなくなったら温かいご飯に①を中身に入れておにぎりにする ① ニンニク、しょうが、ラー油、ゴマ油でひき肉をフライパンで炒める ② ちんげん菜を塩ゆでしごはんに乗せる ③ 卵黄を冷凍し固める ④ ①③を具にして②でおにぎりを作り白ゴマをまぶす</p>
<p>写真貼付欄</p>			
<p>応募締切</p>	<p>平成28年2月29日(月)必着</p>		
<p>応募先</p>	<p>東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp</p>		

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

さわやか賞

東海道川崎宿



三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

Blank area for drawing or additional information.

作品名 春はおいにぎり

作品の紹介 川崎の名物ということだったのでのらぼう菜を入れました。のらぼう菜に合う物は何だろうと考え梅が一番合うと思ったのでのらぼう菜と梅を主役とした炊き込みご飯を作りました。

作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	△材料 のらぼう菜 レシピA 梅 レシピB カツオ節 ごま油 青じそ 米 水	△分量 3束 レシピA 大2杯 大6杯 レシピB 8g 適量 3枚 レシピC 2合 500ml	△調理手順 1.米を研ぎ30分程水にひたした状態で置いておく。 2.鍋に水を入れ沸騰したらカツオ節を入れ火を止め、カツオ節が底に沈むまで置いておく。カツオ節が沈んだらこす。こしたカツオ節はとておく。お汁にレシピAを入れる。 3.のらぼう菜をゆで、冷水に取り、梅を取り食べやすい大きさに切る。 4.フライパンにレシピCに使用したカツオ節を水分が飛ぶまで炒める。水分が飛んだらのらぼう菜を入れ水分が少なくなるまで炒める。レシピBとごま油を加えて軽く炒める。 5.研いだ米にレシピCと炒めたカツオ節とのらぼう菜(梅は取り除く)、青じそ(好み的大きく切る)を入れ炊飯器で炊く。 6.炊けたらレシピBを混ぜふんわりと混ぜ、三角おむすびに成型して完成。
----------------------------	----------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



応募締切 平成28年2月29日(月)必着

応募先 東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係
〒210-8570 川崎市川崎区東田町8
【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

グルメ賞

東海道川崎宿

応募
用紙

三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

作品名				豆苗 おにぎり			
作品の紹介				栄養豊富で1年中栽培できる豆苗と塩昆布、そして食欲をそそぐごま油を使ったおにぎりです。			
作り方 <small>※調理手順、材料などを御記入ください。</small>	△材料	△分量	△調理手順				
	白米 豆苗 塩昆布 ごま油	100g 10g 5g 2ml	豆苗をサッとゆがく。 1cm程に切る。 白米・豆苗・塩昆布・ごま油を合わせてよく混ぜ三角形に握る。				
写真貼付欄							
応募締切	平成28年2月29日(月)必着						
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp						

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。
※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

こどもが好きで賞

東海道川崎宿

応募
用紙

三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

作品名	みそマヨえぼろ		
作品の紹介	みそとマヨネーズを合わせることによってまろやかにしました。ごすか、ご飯に合うよう、少し味を濃いめに、みそを多く使用しました。また、小ねぎを加えることで、味にアクセントを出しやみつきになる味にしました。		
作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	△材料 鶏ひき肉 みそ 砂糖 マヨネーズ 小ねぎ 塩	△分量 8g 小さじ1 小さじ1/2 小さじ1/2 適量 少々	△調理手順 ①みそと砂糖を混ぜ、マヨネーズと合わせておく ②小ねぎは小口切りに切る ③鶏ひき肉はフライパンで炒める ④③の肉を①と合わせる ⑤ご飯は塩で少し味をつけておく ⑥にぎり、のりをまいて完成
写真貼付欄	 <p>2016.02.22</p>		
応募締切	平成28年2月29日(月)必着		
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp		

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。
※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

梅〜で賞

東海道川崎宿

応募
用紙

三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

作品名				梅みそ焼おにぎり			
作品の紹介				梅とみその甘味と塩味がやみつきになる焼おにぎりです。			
作り方 ※調理手順、材料 などを御記入く ださい。	△材料	△分量	△調理手順				
	梅干し(はちみつ) みそ 米 ねぎ	1コ 小さじ1 100g 適量	①梅干しを細かく刻む ②みそと合わせ(ねぎも) ③三角にしたおむすび両面にぬる ④フライパンで焼きめがつくように焼く				
写真貼付欄							
応募締切	平成28年2月29日(月)必着						
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp						

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。
※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

東海道川崎宿

応募
用紙

三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

作品名	午ヨビリ 大人の春のおむすび弁当		
作品の紹介	ふきのとうを細く千切りにしたうごま油を引いたフライパンに入れて炒める。日本酒、ミリン、味増を入れて水分が無くなる迄煮る。ごはんにかけて混ぜて形を作ったうフライパンで焦げ目が付くまで焼く。		
作り方 <small>※調理手順、材料などを御記入ください。</small>	<p>△材料</p> <p>ふきのとう 4~5丁 日本酒 小さじ1 ミリン 小さじ1 味増 小さじ1 白米 0.5合 2丁</p>	<p>△分量</p> <p>4~5丁 大さじ1 大さじ1 中さじ1 小さじ1</p>	<p>△調理手順</p> <p>見た目別り 味で勝負。 懐かしいふる星の山、川を思い出して 思わず何個でも食べられる味。</p>
写真貼付欄			
応募締切	平成28年2月29日(月)必着		
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp		

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

和風で賞

東海道川崎宿

応募
用紙

三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

作品名				まいたけおにぎり			
作品の紹介				免疫力が上がったり、生活習慣病の予防や改善に高い効果のあるまいたけをたっぷり使った香りの良いおにぎりです。 天かすを加えているので、まいたけの天丼のような味が、おいしくいただけます。			
作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	材料	分量	調理手順				
	まいたけ ごま油 めんつゆ(2倍濃縮) 天かす ごはん	1/2パック(5g) 小さじ1杯 大匙1.5杯 大匙1杯 100g	①まいたけを手で細かくほぐす (水溶性の栄養成分が逃げてしまうので洗わない) ②熱いフライパンにごま油を加え、①のまいたけを炒める ③ごはん、②とめんつゆ、天かすを加えて混ぜ合わせて、三角おにぎりにする				
写真貼付欄							
応募締切	平成28年2月29日(月)必着						
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp						

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。
※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

東海道川崎宿

応募
用紙

三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

作品名	川崎スタミナおむすび		
作品の紹介	川崎に沢山ある焼肉屋、美味しいキムチをヒントに、スタミナ満点!! かつゴマと大葉で健康志向の方にもオススメなおむすびを作りました。		
作り方 <small>※調理手順、材料などを御記入ください。</small>	<p>△材料</p> <p>ごはん 100g 牛肉切り落とし 20g キムチ 少々 大葉 1枚 ゴマ、ゴマ油 少々 めんつゆ、焼肉のタレ 少々</p>	<p>△分量</p>	<p>△調理手順</p> <p>1. ご飯にゴマを混ぜ、三角に握る。 2. ゴマ油をひいたフライパンでおむすびを焼き、仕上げにめんつゆを塗る。 3. 牛肉切り落としを焼肉のタレで炊める。 4. おむすびに切れ目を入れ、大葉、牛肉、キムチの順で挟む。</p>
写真貼付欄			
応募締切	平成28年2月29日(月)必着		
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp		

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

東海道川崎宿

応募
用紙

三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

作品名	パリパリおむすび		
作品の紹介	通常おむすびの脇にある「たくあん」をあんこ具にしてみました。		
作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	▲材料	▲分量	▲調理手順
	ご飯 たくあん ごま油 ごま塩	100g 3.4枚 少々 〃	たくあんを金平やうり大玉に切り、ごま油で炒める。 少し冷ましてから、器に、ご飯と合わせる。 たくあんが、しゃばい時もあるので、味が足りないうちで炊く。 ごま塩で味をととのえ三角おむすびに。 お好みで、のりを巻く。
写真貼付欄			
応募締切	平成28年2月29日(月)必着		
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp		

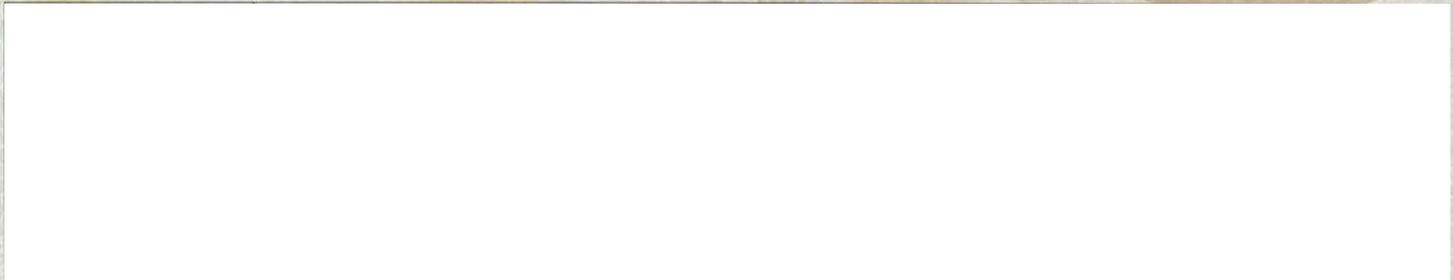
※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。
 ※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

東海道川崎宿



三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!



作品名	ど〜もにぎ ² (ど〜もにぎにぎ)		
作品の紹介	大膳まの堂本製菓から名前をとって、ど〜も(どうも)とつけました。		
作り方 <small>※調理手順、材料などを御記入ください。</small>	△材料 ・ごはん ・大膳巻き(5〜6本) ・ごま油 ・しょうゆ少々	△分量 100g 5〜6本 少々 少々	△調理手順 1. 大膳巻きをビニール袋に入れよくつぶす 2. ご飯に全ての材料を混ぜる 3. にぎ ²

写真貼付欄



応募締切 **平成28年2月29日(月)必着**

応募先 東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係
 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8
 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。
 ※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

大人が好きで賞

東海道川崎宿



三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

作品名	「柚子胡椒が鼻に抜ける豚紫蘇にきり」		
作品の紹介	塩をふって下味をつけた豚肉に紫蘇の葉をはこんで、軽く小麦粉を付けて油を敷いたフライパンで両面を焼く。焼いたろこを白ごまと柚子胡椒を混ぜておにぎりの具にする。		
作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	<p>▲材料</p> <ul style="list-style-type: none"> 豚肉 2切れ 紫蘇の葉 塩 白ごま 柚子胡椒 小麦粉 	<p>▲分量</p> <ul style="list-style-type: none"> 適量 数枚 少し 少し 少し 適量 	<p>▲調理手順</p> <p>ポイント: 柚子胡椒の風味が強いのので少量で大丈夫です。豚肉に下味をいかりとつけることでご飯には塩をきかせなくてもちょうど良くなります。焼いた豚肉はキッチンペーパーで油をいかりとさること</p>



平成28年
実行委員会
町8
044-20
クトに応募さ
となります

2016.02.14

2016.02.14

デザイン賞

東海道川崎宿 三角おむすび レシピコンテスト

応募用紙

川崎の名物おむすびを生み出そう!

作品名	丸麻呂と美菜姫		
作品の紹介	弾丸丸餅 ¹⁷¹² を使い、お肉のタレにして、川崎のお日様と三つ葉の しかりと味をつけた殿おにぎり (あびた青菜を使った美意識 女性に嬉しい姫おにぎり)		
⊕ 黒ごま(目用)のり	△ 材料	△ 分量	△ 調理手順
作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	丸麻呂	2枚	豚バラを一口大に切り、青菜とエリマキと弾丸丸餅のたれによく混ぜる → 味をなじませたら(焼く)焼く → おにぎりの真中にははさませ、のりをまき、殿に飾る
	豚バラ	115g	
	カビヤコ-ポレ-ション	ちみつ	
	弾丸丸餅	1コ	
	美菜姫	1コ	
	壺井ゆみ店のぬもむ	115g	
	川崎の漬物のらほう菜	115g	
	白ごま、ごま油	115g	



お日様の色と菜の緑色
ほぺのヒタリ、桜ごぼんを飾るの忘れません
金のせしす、折り紙
おむすびのようにのりをまき、おむすびの
れかりからいけと(笑)

応募締切 平成28年2月29日(月)必着

応募先 東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係
〒210-8570 川崎市川崎区東田町8
【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。

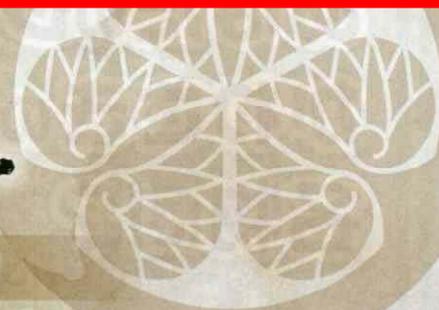
ごはんがすすむで賞

東海道川崎宿

応募
用紙

三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!



Blank area for drawing or additional information.

作品名	さっぱり"おいしい"しぼ漬けおむすび		
作品の紹介	しぼ漬けと、しらすの塩分で十分おいしく頂けるおむすびです。彩りがきれいなので、見映えもよく。		
作り方 <small>※調理手順、材料などを御記入ください。</small>	△材料	△分量	△調理手順
	しぼ漬け 白ゴマ しらす 青ネギ	4~5切れ 少々 大さじ1 1本	1. しぼ漬け、青ネギを細かく刻む 2. ご飯に1. 白ゴマ、しらすを混ぜる 3. 三角に握り、完成

写真貼付欄



応募締切	平成28年2月29日(月)必着
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。



「東海道川崎宿三角おむすび」
レシコンテスト 応募用紙 (電子申請用)
～川崎の名物おむすびを生み出そう!～

地産地賞



葵 紋

作品名	・川崎宿「貝ざんまい(三昧)」むすび		
作品の紹介	・昔の大師河原は貝始め魚や海苔が豊富に獲れた。江戸時代の旅人達のグルメを復活させる貝三昧の三角むすび。現在でも食材が容易に入手でき、貝の茹で汁で炊いた茶飯仕立てのおむすびにハマグリ、アサリ、シジミ貝を入れたレシピとした。(大師)海苔を全面に巻いて中身を見せないのは何の貝が出るのか? 浜辺に見立てた潮干狩りの遊び心を演出した。		
作り方 ※調理手順、材料などを御記入ください。	<p>●材料</p> <p>A. 主な素材 米(炊き上がり時) 100g ケ ①アサリ②シジミ 適量 ケ ③ハマグリ 小1 ケ 舞茸あるいはしめじ 適量 ケ</p> <p>B. 調味料 醤油/酒/砂糖/昆布 各適宜 釜 貝の茹で汁 適宜 釜</p> <p>C. 貝の茹で汁 D. 海苔 1/2枚 ケ</p>	<p>●分量</p>	<p>●調理手順</p> <p>1. 貝の煮付け 砂抜きした貝を使用する。貝の茹で汁(C)は捨てずに残す。調味料(B)の醤油・酒・砂糖・生姜汁等で甘辛に煮付ける。なお、おにぎりの数が少ない場合は、佃煮の煮貝を代用するも可。</p> <p>2. 茶飯(醤油味) 米とだし昆布1切れに貝の茹で汁(C)を入れ、醤油と酒少々を加える。色は薄茶色程度の茶飯がベスト。貝毎に炊き上がった釜に前1項で煮付けたアサリとシジミを個々の釜に入れ軽く混ぜ合わせる。ハマグリ用の釜は茶飯のみとしておく。なお、数が少ない場合は、1釜から茶飯を3つの飯桶に分ける。アサリとシジミはこの桶の中で軽く混ぜ合わせる。ハマグリ用の釜は茶飯のみとしておく。</p> <p>3. むすぶ 主役のハマグリは三角にむすんだ真中に1ヶ入れるが、アサリとシジミは前2項で茶飯に混ぜられているため、そのままむすぶ。最後に(大師)海苔を巻き完成。</p>
写真貼付欄	 <p>〈茶飯にシジミを混ぜた見本〉</p> 		
提出期限	平成28年2月29日(月) 必着		
応募先	<p>東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 電話044-201-3136 FAX044-201-3209 メールアドレス 61tisin@city.kawasaki.jp</p>		

春きたる賞

東海道川崎宿

応募
用紙

三角おむすび レシピコンテスト

川崎の名物おむすびを生み出そう!

--	--

作品名	のらぼう菜とじゃこのおむすび		
作品の紹介	川崎ののらぼう菜をじゃこのいため ぶかけ炊にし、しょうゆ味を付けて こしらに混ぜてにぎりました (おかしな目にあるが、川崎ののらぼう菜は、 ふじのたからきに入れているので、おかしな目はないと思 70/3 L(2))		
作り方 ※調理手順、材料 などを御記入く ださい。	△材料 のらぼう菜 しょうゆ(51めんじや2) こしら しょう かつおぶし	△分量 - 50g - 10g - 100g - 適量 - 5g程度 (11個分)	△調理手順 のらぼう菜を細かく切り、しょうゆ(51めんじや2)と 少量の粗でいためる。のらぼう菜がしんなりしてき たら、しょうゆをまわし入れる(味つけ)かきかき混ぜる こしらに、いためたのらぼう菜とじゃこを混ぜて 三角ににぎる(しょう、かつおぶしを加える)

写真貼付欄	 <p style="text-align: right;">(K'母)</p> <p style="text-align: right; color: red;">2016/2/27 10:16pm</p>
-------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

応募締切	平成28年2月29日(月)必着
応募先	東海道川崎宿2023まつり実行委員会事務局 川崎区役所地域振興課まちづくり推進係 〒210-8570 川崎市川崎区東田町8 【電話】044-201-3136 【FAX】044-201-3209 【メールアドレス】61tisin@city.kawasaki.jp

※応募要項を必ずご覧の上、応募をお願いします。※当コンテストに応募された時点で、応募要項の内容に承諾いただいたこととなります。
 ※未成年者の方は、申込書とは別に保護者承諾書の提出が必要となります。