



11



12



13

つくってみよう!とりめし【基本編】

材料(4人分)●

米(3合)、にんじん(300g)、醤油(たまり)(65cc)、砂糖(60g)、水・煮汁(米と同量)、油揚げ(1.5枚)、酒(30cc)、寒天(2.5g)、鶏肉(廃鶏)(200g)、干しいたけ(15g)、みりん(30cc)、しょうが(少々)

作り方●

- ①米は洗米して30分置く。
- ②しいたけは戻しておく。にんじん・油揚げ・しいたけは短冊、鶏肉は小口切りにする。
- ③鶏肉は、とり脂・しょうがで炒める。砂糖・醤油・酒・にんじん・しいたけ油揚げを入れて煮る。
- ④煮た材料をざるでこし、出た汁で米を炊く。このときに寒天を入れる。
- ⑤炊き上がったところへ、具材を入れて数分蒸らす。

醤油をたまりに変えるとコクが出ます。
味付けは好みで調整してください。

出典：たかはまとりめし公式ガイドマップ

とりめしが完売しても、大会は終わりません。ステージでの最後のアピール、歌をまじえたブースでの紹介。大会が終わる午後4時まで、ブースの客足が途切れることはありませんでした。

そして迎えた閉会式。高浜のとりめしは多くの来場者の皆さんから投票いただき、初参加で見事7位入賞に輝きました。

郷土料理のとりめしが結んだ人の絆とたくさんの笑顔。家族と、友達と、高浜の味・おふくろの味のとりめしを食べてみませんか？

11 ブースでもステージでも力いっぱいアピール! 12 最後の1食が売れるのを見守る 13 会場のすべての皆さんに感謝を 14 入賞の喜びにこぼれる涙 15 喜びを分かち合う 16 拍手の鳴り止まないフィナーレ



14



16



15

参加者のつづやき

大会に出品した女性部のレシピができるまで、時間も手間隙もかった。けれど女性部のレシピで出られたことが嬉しい、食べた方がおいしかったと言ってくれるのが何より嬉しい。苦労も消えます。(高浜市商工会女性部部長/杉浦菊子)

