



えび天を餅で挟み、天むすのようにすることで『名古屋』を表現しました。
えび天は揚がっているため、尻尾まで食べることができます。
かまぼこににんじんを飾り切りにして、見た目を華やかにしました。

材料(4人分)

ご当地食材

へきなん美人(にんじん) 40g

角餅 4個
えび天 4本
小松菜 30g
かまぼこ 4切れ
海苔 2枚
だし汁 800ml
醤油 大さじ2

レシピ

- ①だし汁に醤油を入れて一煮立ちさせる。
- ②にんじんと小松菜を下茹でする。(小松菜はザルに上げて色止めする)
- ③にんじんを花型に型抜きする。
- ④かまぼこを飾り切り(結びかまぼこ)にする。
- ⑤餅の厚みを半分に切り、軟らかくなるまで焼く。
- ⑥用意しておいたえび天を餅で挟み、海苔で巻く。
- ⑦器に汁と具材を盛りつける。

天むす雑煮

愛知県在住高校二年生 木下 智紗子

レシピ推薦校…ニチエイ調理専門学校