


# レンコン・里芋を使ったテイクアウトメニュー レシピコンテスト 応募用紙

メニュー名	里いもスティック	
応募分類 いずれかに☑	<input checked="" type="checkbox"/> レンコン <input checked="" type="checkbox"/> 里芋	
使用材料と 必要な分量	さといも 80g	
	れんこん 25g	
	鳥ミンチ 25g	
	春巻きの皮 (枚と半)	
	塩・こしょう 少々	
	小麦粉 適量	
水 “		
油		
料理のおすすめ ポイントやコツ	<p>やわらかい里いもだけだとなれんこんを入れて歯ごたえある食感を出したところ スティック状にすることで手でも食べやすくしたところ</p>	
調理の方法と 調理に要する 時間	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 里いもをレンジでやわらかくしてつぶす</li> <li>2. れんこんもレンジでやわらかくして5mm角くらいの角切りにする</li> <li>3. 鳥ミンチを油でいためて塩こしょうで味付けをする</li> <li>4. 里いも・れんこん・鳥ミンチを混ぜる</li> <li>5. 春巻きの皮を半分(2)に切る</li> <li>6. 具を長細く形をととのえ春巻きの皮で巻いて油で揚げる (20分)</li> </ol>	