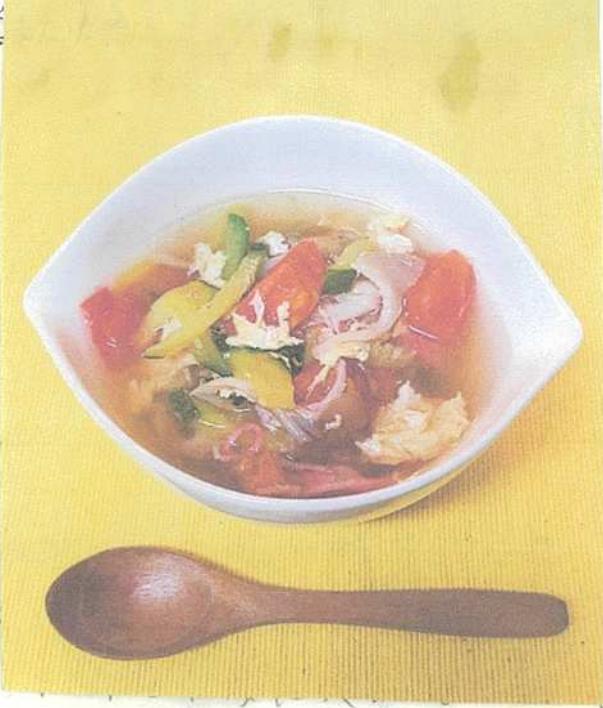


学校名	学年・組	平塚市立 みずほ 小学校	年	/組
(ふりがな)	ありうみ むかは			
氏名	有海 和奏			

応募する部門	(1)~(3)のうち、ひとつに○をつける		
	①食文化	②地場産物	③野菜

メニュー名	きゅうりとトマトの中華スープ	
材料名	(味つけ)	写真
きゅうり → せん切り	中華スープの素、	
トマト → さいの目切り	しょうゆ	
かにカマ → 細長くさく	塩こしょう	
まいだけ → 細かくさく	ゴマ油	
卵 → とき卵		
春雨		
水		

このメニューの特徴やアピールポイントを書いてください

母がハウス きゅうり 農家の仕事として  
きゅうりとトマトを使いました。具だくさん  
栄養素が入っているようにしました。  
さっぱりとした味になり 春雨を入れたので 食欲がない時でも  
つるっと食べれます。材料を切ってスープの味つけをするだけ  
なので簡単に作れます。

メニューを考える時に工夫したこと、メニューを考えてみた感想を書いてください。

サラダの時よりも多量の野菜をとるために スープにしました。  
私はきゅうりもトマトも苦手ですが、生野菜ではなく火を通してスープ  
にすると野菜の青臭さがなくなり おいしく食べることになりました。  
なので野菜が苦手な人に食べてほしいです。