

レシピ名：さけナゲット

* 参加資格外（応募者中学生）のため審査対象外

材料（1人分）

材料名	分量（単位）	材料名	分量（単位）
さけ切り身	一切	片栗粉	適量
しょうが（おろし）	少々	卵（溶き卵）	少量
塩	少々		
こしょう	少々		
ねぎ（みじん切り）	適量		
チーズ	適量		

作り方（箇条書きで簡潔にお書きください。）

- ① さけをミンチ状にする
- ② ①にしょうが（おろし）、塩、こしょう、ねぎ（みじん切り）、チーズをちぎり、たまご（溶き卵）、片栗粉を入れて混ぜる
- ③ 一口大に形を整えて油で揚げる

調理のポイント・コツ

サイズは大きくしない。
マクドナルドのチキンナゲットのサイズが丁度いい。

レシピの生い立ち・コンセプト

子どもは見た目を選ぶからチキンナゲットのような物がいいかと思った。

料理イメージ

学校名

蛇田中学校 2学年

氏名

森田 一（もりた はじめ）さん