

アジアつながるレシピコンテスト

|     |  |
|-----|--|
| 料理名 |  |
|-----|--|

|                       |                                              |
|-----------------------|----------------------------------------------|
| 氏名 or ニックネーム or グループ名 |                                              |
| 応募部門                  | ①東アジア   ・   ②東南アジア   ・   ③南・中央・西アジア部門   ○で囲む |
| イメージした国・地域            |                                              |
| 調理時間                  | 時間                  分                        |
| 仕上がりの量                | 人分                                           |
| レシピのポイント              |                                              |
| 家庭でも作りやすいように工夫した点     |                                              |
| この料理を知ったきっかけ          |                                              |

|                                                                                                                                                   |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>原材料(量)</p> <p>記載例 豚バラ肉 400g、★砂糖 大さじ 3   ★しょうゆ 大さじ 3   ★酒 大さじ 3   ★水 400cc   オイスターソース 大さじ 1   玉ねぎ 1/2 玉   五香粉 小さじ 1/2(お好みで)   炊いたご飯 (約 3 合)</p> |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

作り方

記載例 ①鍋に 1cm 角に切った豚バラと★を入れて弱火で煮る ②フライパンで玉ねぎを千切りにして飴色になるまで炒める ③炒めた玉ねぎ、オイスターソース、五香粉を①に入れる ④蓋をして 1 時間ぐらい煮たら火を止める ⑤④をごはんにかけてできあがり

|   |                               |
|---|-------------------------------|
| ① | ⑤                             |
| ② | ⑥                             |
| ③ | 完成写真<br><br>はがれないように貼り付けてください |
| ④ |                               |

個人情報

|                 |  |
|-----------------|--|
| 氏名(フリガナ) ※      |  |
| 郵便番号 ※          |  |
| 住所 ※            |  |
| ニックネーム・グループ名    |  |
| 電話番号 ※          |  |
| メールアドレス(お持ちの場合) |  |
| 国籍 ※            |  |

※は記載必須

1 枚目の内容はメニュー展示で掲示される場合がございます。

ご記入いただいた個人情報は、本コンテストの運営（応募内容の確認、審査、結果通知、賞品発送、お問い合わせ対応等）のために利用します。法令に基づく場合を除き、ご本人の同意なく第三者へ提供することはありません。なお、氏名（またはニックネーム）、作品名等を主催者の広報媒体、ホームページ、SNS、報道機関、メニューの展示等で公表する場合があります。

応募を以って個人情報の取扱いに同意したものとみなします。

