第10回 ウィズガス 全国親子クッキングコンテスト

炎の調理で五感を研ぎ澄ます

北海道地区道央予選大会 作品集

【日にち】
　2016年10月16日(日)
【場　所】
　北ガスショールーム サガティック内　北ガスクッキングスクール
　(札幌市中央区北1条東4丁目　サッポロファクトリー1条館3F)
【審査委員】
　審査委員長：山口　敦子(天使大学看護栄養学部栄養学科　教授)
　審査委員　：東海林　明子(料理研究家　ワインコーディネーター)
　　　　　　　山際　昌枝(北海道教育庁学校教育局　健康・体育課
　　　　　　　　　　　　　学校給食グループ　指導主事)
【応募数】
　1,964組　　道央地区：1，608組・道北地区：221組
　　　　　　　道南地区：　　65組・道東地区：　70組

【A－1】種田　瑛音くん・日登美さん
『野菜いっぱいの、グリルで簡単ごはん』
美唄産ゆめぴりか、わかめのみそ汁、鮭とキタアカリのグラタン風、タコのマリネ、野菜のグリル

【A－2】阿部　光汰くん・久美子さん
『我が家のからだぽかぽか薬膳メニュー』
黒千石玄米ごはん、洋風薬膳スープ、豆腐のきのこステーキ、さつまいもレーズン

【A－3】工藤　美海ちゃん・友美さん
『海と畑の恵み定食』
いかのマヨぽん焼き、じゃがいもと豆苗とサバ缶のサラダ、玉ねぎとわかめのみそ汁、きのこごはん、大根と塩昆布の浅漬け

【A－4】田中　清玲音ちゃん・幸梨絵さん
『アモーレ魚介と旬野菜メニュー』
サンマonドリア、ベジタブルパイ、スイートポテトスープ、ホタテパンプキンサラダ

【A－5】鈴木　凛音ちゃん・理可さん
『北海道の食材を使った料理』
さけのたきこみごはん、海草いっぱいのスープ、手羽先のにこみ、いものチーズグラタン、枝豆のしょうゆづけ

【B－1】本木　りらちゃん・いづみさん
『高たんぱくなのに低カロリー。
　女子も喜ぶ北の恵みいっぱいの夏のヘルシーメニュー』
サッパリ梅肉のささみ蒸し、どさんことうきびごはん、きのこ三昧きのこ汁、さつまいものハチミツレモン煮、おマメな大地の豆サラダ、ミニトマト・オ・レ

【B－2】加藤　遙ちゃん・里織さん
『北の大地の乙女ごはん』
まるごとトマトの炊き込みごはん、サケのふんわりホワイトグラタン風、いかのピリからゴマあえ、野菜のきらきらゼリーよせ、じゃがいもの洋風みるくすーぷ

【B－3】青木　野乃花ちゃん・かおりさん
『夏野菜たっぷり+スタミナごはん』
雑穀ご飯、レタスのコンソメスープ、ささぎの赤じそ巻き、夏野菜のフリット、ぶた肉のラズベリービネガーソース焼き

【B－4】古川　和穂ちゃん・美紀子さん
『北海道の恵み満載！かんたんゴハン』
鮭とトマトの洋風炊き込みご飯、ラム肉のしそ焼き、かぼちゃスープ、フレッシュサラダごまヨーグルトドレッシングがけ、江別大豆の豆腐ムース

【B－5】朝倉　夢羽ちゃん・加亜奈さん
『イタリアンプレート』
エビとホタテのトマトソースパスタ、トマトのくりぬきサラダ、ホタテのグラタン、さけのムニエル

【集合写真】

★ご参加ありがとうございました★
これからもご家族で料理を楽しんでください！