**応募票（記入例）**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **氏 名（フリガナ）** | 村山　太郎 　(ﾑﾗﾔﾏ ﾀﾛｳ) | | **ニックネーム**  （レシピサイト掲載時の名前） | タロウシェフ | |
| **住所** | 〒208-0000　武蔵村山市本町１－１－１ | | | | |
| **電話番号** | 042-565-1111 | **中学校名** | 第○中学校 | **学年** | ３年 |

|  |  |
| --- | --- |
| **料理名**（20字以内） | 小松菜と○○の村山風炒め |
| **何人分** | ４人分 |
| **特産物・分量**  （村山の特産品である小松菜、ほうれん草、みかん、狭山茶等を必ず使用） | １　小松菜・１把  ２　○○・○個  ３　○○・○個 |
| **材料・分量** | １　卵・２個  ２　豚肉・２００ｇ  ３　塩・少々  ４　醤油・小さじ１杯  ５　ごま油・少々  ６　○○○・○○ｃｃ |
| **作り方**  （各60字以内）  （手順は８以内） | １　熱したフライパンにごま油をひき、豚肉を炒める。  ２　肉に火が通ったら、５㎝程度に切った小松菜を入れて炒める。  ３　溶いた卵を流し入れて、〇〇と一緒に炒める。  ４　○○○○。  ５　○○○○。  ６　○○○○。  ７　○○○○。  ８　醬油と塩で味付けをして完成。 |
| **コツ・ポイント**（120字以内） | ○○○することが、おいしくなるコツです。 |
| **レシピの生い立ち、生まれたきっかけ**（120字以内） | 村山らしさを出そうと小松菜と○○をたくさん使って作ってみました。 |
| **写真**（JPEG形式、1MB以下）  ※料理と関係ないものが周囲に写り込まないように注意してください。  ※不鮮明な写真にならないように撮影してください。 | 完成した料理の写真を貼付。  写真 |

※応募についてお家の大人の承諾を得ていますか　⇒　☑はい

必ず承諾を得てから応募してください。承諾を得たら、チェックしてください。