


新城 ZIBASAN レシピコンテスト 入賞

料理名	ほとまき (ほうれん草とトマトの春巻き)	
使用する 新城産の 食材	奥三河ほうれん草 トマト（ミニもしくは大玉）	
材料名	分量（4人分）	作り方
ほうれん草	1/3～1/2袋	<p>① ほうれん草を洗い、下茹で処理をする。</p> <p>② ほうれん草の水気を絞り、3cm幅に切る。</p> <p>③ ベーコンを細切りにする。</p> <p>④ ボウルにほうれん草をほぐしながら入れ、切ったベーコン、ピザ用チーズを加えて混ぜる。</p> <p>⑤ 春巻きの皮に④の具をのせ、その上にミニトマトを2個のせてしっかりと巻き、水溶き小麦粉で巻き終わりをくっつける。</p> <p>⑥ 170℃～180℃の油で両面きつね色になるまで揚げる。</p> <p>※⑤のミニトマトを大玉トマトにする場合は、薄めのくし形切りを2切れのせる。</p>
ミニトマト	8個	
春巻きの皮	4枚	
ピザ用チーズ	20g（好みに応じて）	
ベーコン	3枚	
水溶き小麦粉	適量	
サラダ油	春巻きが浸かるくらい	
<p>〈 料理のアピールポイント 〉</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ベーコンとチーズの塩味があるので、他の調味料は必要なし。 ・揚げることでトマトの甘みが出て子どもでも食べやすい。 ・奥三河ほうれん草は1年中採れるため、メニューに使いやすい。 		