

みんなのよい食 郷料理レシピコンテスト

応募用紙

期間：2008年12月1日(月)～12月31日(水)

下の各項目にもれなくご記入の上、完成した料理の写真を貼ってご応募ください。
ご応募いただいたレシピ作品の広告等への使用権利については、主催者に帰属いたします。

ふりがな お名前	年齢 歳	電話番号 ()
ご住所 〒		

料理名

料理のおすすめ
ポイント

材料と分量
(4人分で2,000円程度)

記入例
白菜3枚 干し海老大さじ1
醤油大さじ4 酒おおさじ1
塩少々 ゴマ油少々

お手数ですが
料理の完成写真をお貼りください
(写真の裏にかならずお名前をご記入ください)

料理レシピ(1時間以内を目安とします) 所要時間()分

記入例
①白菜をばさ切りにし、干し海老はぬるま湯で戻します。②水(400CC)に白菜と干し海老(もどし汁)を入れて強火にかけます ③沸騰したら、醤油、塩、酒を入れて、中火～弱火で煮込みます ④火を止めた後にゴマ油を少々加えて、できあがり

[応募先]

メールアドレス：recipe@ml.kn-ja.or.jp

郵 送 先 : 〒254-0912 平塚市高根141 JA神奈川県連広報局内

「よい食プロジェクト」レシピコンテスト実行委員会

