

優秀賞

令和7年度学校給食レシピコンテスト レシピ

学校名	弘前大学教育学部附属特別支援学校	小学部 4 学年
氏名	小山内 優大 さん	
料理名	青森ぎょうざ	

レシピ	【材料】(4人分)		【作り方】
	食品名	分量(g)	
	ぎょうざの皮	25 枚	① ひき肉にAを全て加え、よく練り合わせる。
	豚ひき肉	150	② みじん切りにしたキャベツ、長ねぎ、りんご、ほたてを加えよく混ぜる。
	キャベツ	200	③ ぎょうざの皮に②を包む。
	長ねぎ	30	④ フライパンにサラダ油をひき、③を並べ、焼く。
	りんご	30	⑤ 焼き目がついたらぎょうざの半分位の高さまでお湯を入れる。
	ベビーほたて	30	⑥ 水分が無くなったら、ごま油を回し入れて焼き上げる。
A	おろしにんにく	2.5	
	おろししょうが	2.5	
	しょう油	18	
	ごま油	4	
	砂糖	3	
	酒	7.5	
	塩	2.5	
	こしょう	少々	
	サラダ油（焼き用）		
	ごま油（仕上げ用）		

【ひとことメモ】
❖ 大好きなぎょうざに青森のりんごやホタテなどを入れておいしくできないかなあと考えて作りました。



※この用紙に記入された個人情報は、この企画以外の目的には使用いたしません。

◎このレシピ及び写真は、応募用紙を基に再現したものです。