

## 特別賞

受賞者	<small>かわかみ ゆうき</small> 川上 夕稀さん（広高等学校・第1学年）
メニュー名	広島たっぷり タコちり 焼きそば
レシピ紹介	忙しいときでも短時間でできるメニューです。たこちりめんの他は、冷蔵庫にあるザクッと切った野菜を加えて、さっと炒めてできあがり！レモン汁でさっぱりといただける焼きそばです。
材 料	【4人分】 そば（焼きそば用）…3袋 ゆでだこ…150g ちりめんじゃこ（音戸産）…10g キャベツ…1/8玉 玉ねぎ（広島県産）…1個 アスパラガス（三次産）…5本 大長レモン…2個 サラダ油…小さじ1 塩・粗挽きこしょう…少々 白ワイン…大さじ2/3 鶏がらスープの素…大さじ1/2
作 り 方	①フライパンに油をひき、たこ、玉ねぎ、アスパラガスを炒める。 ②ちりめんじゃこ、白ワイン、キャベツ、鶏がらスープの素を入れる。 ③そばを入れて炒める。 ④塩・粗挽きこしょうを加え、味を整える。 ⑤しぼったレモン汁を加える。