

総菜（食事）部門 入賞作品4 エントリー数109

No.	所属大学名	都道府県	応募者名(敬称略)	作品名	完成イメージ	審査員コメント
1	甲子園大学	兵庫県	岸 紀子	青森りんごとセロリの水餃子		<p>中国東北地方の水餃子の記憶をもとに、そこへりんごを組み合わせるという着想がとても素敵です。セロリの爽やかさとりんごの甘みを合わせる発想は、味のイメージがしやすく、実際に食べてみたくなる組み合わせだと感じました。</p> <p>つけだれにりんごを使い、さらにシナモンをアクセントにしている点も、料理全体としての一体感があり、工夫が伝わってきます。りんごとセロリを活かした水餃子という発想自体はとても魅力的でした。</p> <p>何より、材料の書き方や、工程の一つひとつが丁寧に記載されていて、今回のコンテストの総菜、ご当地部門の中で一番レシピ再現がしやすく、ダントツに美しいレシピでした。</p>
2	川村学園女子大学	千葉県	在原希美、川又美紀、芳賀未怜、早川陽菜	丸ごとりんごのガパオライス		<p>りんごを「皮つき・角切り・すりおろし・薄切り」と、複数の形で使い分けている点がとても印象的で、食感や味の変化を楽しめる工夫が感じられました。ガパオライスというエスニック料理にりんごを合わせる発想も、新しさがあり、挑戦的で面白いと思います。また、「加熱したりんごならアレルギーのある方でも食べられる可能性がある」という視点を持っている点も、食を学ぶ学生ならではの着眼点だと感じました。もし、アレルギーについて言及する場合は、使用している他の食材との整合性も大切になります。今回のように、ナッツ類など主要なアレルゲンとなる食材を使用している場合は、アレルギーへの配慮を前面に出すよりも、調理法や味の工夫に焦点を当てた説明の方が、より分かりやすく伝わります。</p>
3	東京農業大学	神奈川県	大場 有紗	3種のきのことりんごのトロッともろやか酸辣湯		<p>きのこの特性をよく調べた上で、片栗粉を使わずにめこやえのきのとろみを活かしている点が、とてもよく工夫されていると感じました。りんごの品種に紅玉を選び、酸味を活かそうとしている点も、味の設計をしっかり考えていることが伝わってきます。</p> <p>また、すりおろしりんごを加熱後に入れることで風味を残す工夫や、褐変防止の工夫など、調理科学的な視点が取り入れられている点も高く評価できます。</p>
4	静岡県立大学	静岡県	後藤 朱莉	リンゴダレのマグロポキ丼		<p>すりおろしりんごを使うことで、甘みとさっぱり感の両方を出そうとしている点も、料理の意図が伝わってきます。調味料を大さじ・小さじだけで測れるようにしている点も、家庭での再現性を意識した工夫で、とても良いポイントです。短時間で作れる点も、総菜部門らしい魅力だと思います。</p> <p>一方で、りんごの風味がどの程度前に出るかは、分量によって印象が変わりそうなので、味のバランスをさらに調整すると、より「りんごが主役」の丼になると感じました。シンプルで応用もしやすい、可能性のあるレシピだと思います。</p>