

エントリナンバー
記入しないでください。 C-7

ボールペンでご記入ください。

参加部門(○で囲んで下さい。)

高校名 盛岡スクール 高等学校

〈出場者氏名〉(団体の部は出場者全員の氏名をご記入下さい。)

ふりがな 氏名 たむら 佐木	ふりがな 氏名 あやめ 綾前	性別 男 女 ○で囲んで下さい。	学年 3 年	最寄駅(自宅) 駅	アレルギー
ふりがな 氏名	ふりがな 氏名	性別 男 女 ○で囲んで下さい。	学年 年	最寄駅(自宅) 駅	アレルギー
ふりがな 氏名	ふりがな 氏名	性別 男 女 ○で囲んで下さい。	学年 年	最寄駅(自宅) 駅	アレルギー

作品名(団体の部のみ記入)
ビタミンたまりや7-7-サレ

アピールポイント

私は、母に「ありがとう」を伝えたくてこのお菓子を作りました。
いつも仕事や家の事で忙しい母にこのお菓子を食べて栄養とビタミンを摂って元気になってもらい、若返ってほしいと思っています。

(2個分)

材料	分量	材料	分量	材料	分量	材料	分量
卵	2個	小麦粉	50g				
オリーブ油	24g	キウイ	10				
牛乳	60g	オレオ	10				
砂糖	6g	スライス	100g				
塩	3g						
黒胡椒	適量						
米粉	50g						
強力粉	50g						
バナナパウダー	2g						
プロセッコ	25g						
ヨーグルト	35g						
バナナ 赤	15g						
バナナ 黄	15g						
グロウリ	25g						

作り方

- ボウルに溶かした卵とオリーブ油、牛乳、砂糖、黒胡椒を入れ泡立て器で混ぜる
- 一緒にふるった米粉 + 強力粉 + バナナパウダーを加え、全体がなじむまで混ぜ合わせる
- 具の材料をすべて加える。(一口大に切っておく)
- トレイに持ち上げてやわらかい具の形をくずしてしぼらないように気を付けて振り混ぜ合わせる
- 生地を型に流し入れ表面を平らにする
- 180℃のオーブンで約40分焼く。オーブンから取り出し、2〜3分おいてカリカリにし、17〜18℃の上で冷ます
7. ツルツルを飾り切を皿に盛り付ける
5. 6. をカットして皿に盛り付け完成