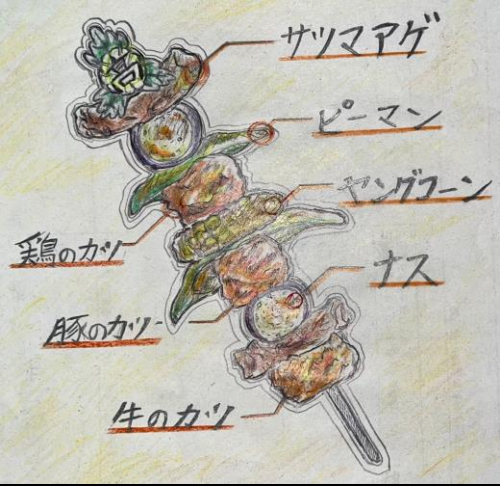


■レシピ名		
市来農芸いち押し串		
■「串」に込められた想いや「串」にまつわるエピソード		
市来農芸でとれた食材といちき串木野市の名産品のつけあげをコラボしました。		
■レシピのアピールポイント（工夫した点など）		
①市来農芸の鶏、豚、牛の3種の肉を使った。 ②市来農芸でとれた野菜で彩りを良くした。 ③郷土の名産品のつけあげを使った。		
■レシピ		■作り方
材料名（4本分）	分量(g)	①野菜、つけあげを一口大にカットする。 ②肉類を一口大にカットし、塩、こしょうをふる。 ③揚げ油を準備する。 ④下味をした肉類をフライ用の卵液Aにつけて、パン粉をつける。 ⑤野菜を素揚げにする。 ⑥肉を揚げる。 ⑦彩りよく、串に刺す。
牛肉（ロース） 豚肉（ロース） 鶏肉（ロース） さつまあげ ピーマン なす ヤングコーン プチトマト 溶き卵 小麦粉 牛乳 パン粉 サラダ油 市来農芸高校の校章付の串	100g 100g 100g 1枚 2個 1/2本 4本 4個 1個 大4 大2 カップ2 適量	
		
■氏名	■住所	■職業
愛甲 理人	鹿児島市	市来農芸高等学校2年