



(写真は1人分)

「しらすと桜えびを使った 貝だくさんキツシヨ」

創作者 まつ やま ゆ い
松山 由依さん

県立浜松湖東高校 1年



調理時間

50分
以内

使用した魚介藻類を選んだ理由・料理のPRポイント

舞阪港や福田でとれるシラスと駿河湾でとれる桜えびを使うことで、風味がとてもアップしました。卵液に、ほうれん草としめじをいれているため、野菜嫌いの子どもでもパクパク食べられると思います。