

お米を食べて生産者を応援！

おにぎりコンテストを開催

2022年春、とちぎコープは「食べて未来へつなごう 日本の米づくり応援キャンペーン」の一環として「おにぎりコンテスト」を開催しました。ブロック委員会が呼びかけ、組合員さんから「アイデアおにぎりのレシピ」「思い出のつまったおにぎりのレシピ」「わが家のオススメおにぎりのレシピ」など、146点の応募をいただきました。各ブロック推薦の「特賞おにぎり」を紹介します!! ぜひ、お試しください。

しました



特賞・特別賞のおにぎりのレシピは、とちぎコープのサステナビリティサイトでも紹介しています。



*掲載の写真は、レシピをもとにブロック委員会のメンバーがつくったおにぎりです。

▽△▽△△**特賞**▽△▽△△

西那須野ブロック そらまるさん

さくらもち風おにぎり

材 料
ごはん (60g)
いりごま (2g)
オリーブオイル (小さじ1/2)
シャケフレーク (適量)
大葉 (1枚)

作り方
①ごはん、いりごま、オリーブオイルを混ぜる。
②①をラップに包んで丸め、周りにシャケフレークを全体にまぶす。(焼きシャケをほぐしたもので代用可)
③②に大葉を巻いて完成。

▽△▽△△**特賞**▽△▽△△

日光ブロック 4kids ママさん

ゆばしそおにぎり

材 料
ごはん
ゆば
みりん
しょうゆ
だし
大葉

作り方
①ゆばを、みりん、しょうゆ、だしで煮つめたら細かく刻んで、ごはん混ぜる。
②三角ににぎって形を整えて、大葉を巻いて完成。
※ゴマを入れてもOK。味はおいなりさんと大葉と一緒に食べた感じ。具を刻んであることで小さい子どもでも食べやすいです。

▽△▽△△**特賞**▽△▽△△

芳賀ブロック MASAKOさん

我が家のおにぎり

材 料
ごはん・のり
★塩昆布・鰹節・紅生姜・揚げ玉・青のり・白ゴマ
◆塩・めんつゆ・ゴマ油 (白米にあわせて適量)

作り方
①★を合わせておく。
②白米が炊き上がったらすぐに◆を混ぜ合わせ、①を入れておにぎりにする。
※他に細ねぎ・刻んだ梅干しを入れてもおいしく作れます!

▽△▽△△**特賞**▽△▽△△

宇都宮ブロック ビヨビヨさん

茸マヨおにぎり

材 料
ごはん
なめ茸 (瓶詰め) (大さじ1)
マヨネーズ (大さじ1/2)
ハム (1枚)
刻みネギ、粉チーズ (お好みで) のり (適量)

作り方
①なめ茸とマヨネーズを混ぜる。
②ハムを1cm角に切り①と合わせる。(お好みで刻んだネギと粉チーズを加えても)
③炊き上がったごはんに②を入れ、握って、のりを巻いたら完成!!

▽△▽△△**特賞**▽△▽△△

壬生ブロック S.Mさん

たんぱくぱくぱくおにぎり

材 料
ごはん
冷凍枝豆
チーズ

作り方
炊いたごはんを電子レンジで加熱した枝豆と角切りに切ったチーズを混ぜてにぎる。

▽△▽△△**特賞**▽△▽△△

小山ブロック たあさん

鮭玉にぎり

材 料
ごはん (一合分)
たまご (1個)
大根の葉 (1本分)
鮭フレーク (大さじ2)
砂糖 (小さじ1)
塩

作り方
①大根の葉をゆでる (細かく切る) → 絞る。
②砂糖を加えて炒りたまごを作る。
③鮭フレークと炒りたまご、大根の葉を加え、ごはん混ぜ合わせる。お好みで塩で味をととのえる。
※大根の葉を無駄なく使い、子どもでも食べやすいように甘めの炒りたまごと簡単に鮭フレークを入れて彩りも良いおにぎりに仕上げました。

▽△▽△△**特賞**▽△▽△△

足利ブロック ししまのPさん

おにコーン

材 料
ごはん (1杯)
ロースハム
コーン、チーズ
ガーリックバターソース (少々)
味噌菜の里 (少々)
(めんつゆでOK)
塩コショウ (少々)
(コショウはあらびきがおすすめ)
フリルレタス (1枚)

作り方
①ロースハムとチーズはこまかく切っておく。
②フリルレタス以外の材料を混ぜ合わせにぎります。
③フリルレタスで包みます。



6月に開催した総代会の会場では、特賞7点・特別賞14点のおにぎりの写真をパネルで展示し、レシピを配布して、来場者に米食を呼びかけました。