



優秀賞

シャキシャキ食感！ すいかのかきあげ

お手軽でしょう部門
奨励賞

材料（1人分）

スイカ 50g
にんじん 40g
玉ねぎ 30g
天ぷら粉 100g

料理写真貼付欄



作り方（調理時間 30分）

- ① にんじんと玉ねぎの皮をむく。
- ② 材料を全て細切りにする。
- ③ 天ぷら粉を水にとかして野菜につける。
- ④ 野菜を揚げる。
- ⑤ 完成

お料理 PR、工夫した点

- ・スイカの皮がかたいので、薄く切るようにしました。
- ・カラッと揚げるように、天ぷら粉に混ぜる水の量を少なくしました。
- ・つけ汁はめんつゆがおすすめです。

食べてもらった家族、友だちの感想

- ・食感がよくて、きゅうりみたいな味がしておいしかった。（弟）