

兵庫の学生考案! お手軽クッキング



甲子園大学栄養学部3年
(左から)岩城育海さん、石橋奈津希さん
(監修:兵庫県栄養士会)

- 材料(2人分)●
- ハクサイ...4~6枚
 - 鶏ひき肉...200g
 - ショウガ...1片
 - ニンジン...20g
 - だし汁...カップ1/2
 - 砂糖...小さじ1
 - しょうゆ...小さじ1
 - ミニトマト...2個 ●梅干し...1個
 - 片栗粉...小さじ1 ●水...小さじ1
 - 大葉...2枚



白菜の梅あんかけ
ファルシー

1人当たり: 231kcal 食物相当量 1.0g

【作り方】
①ハクサイの芯と葉を切り、
がはすりおろし、ハクサイの芯を混ぜる。



桜さくサクかき揚げ
そば・うどん

550円(税込)

「お祝い」がテーマ
甲子園大学栄養学部フードデザイン学科2年生 長谷川唯

「白菜の梅あんかけファルシー」

栄養学科3年生 岩城育海
兵庫県の広報誌「県民だよりひょうご」に掲載

「桜さくサクかき揚げそば・うどん」

フードデザイン学科2年生 長谷川唯
「お祝い」がテーマ。阪急そばと共同開発



「とろっとだし巻きバーガー」

栄養学科3年生 難波美菜
宝塚の有名店「ここ弁当」の依頼を受け
「宝塚バーガーランド2018」に出品



「6次産業/食品プロデュース」

フードデザイン学科
地域団体と共にソーラーシェアリングを用いて栽培したさつま芋のレシピ開発



甲子園大学栄養学部
産学連携プロジェクト



「宝塚阪急百貨店 25周年記念プロジェクトに出品」

「宝塚地元野菜の和風グラタン」
フードデザイン学科3年生 小村華穂

「梅かおる小松菜の煮浸し」
栄養学科4年生 柴田優子

「ほろ苦華焼売」
栄養学科4年生 宮地楓



「ちゃんぽん風ミネストローネ」

栄養学科3年生 岩城育海
34万人のフォロワーを有する国内最大の
動画レシピサービス「クラシル」で紹介される



ご当地
タニタごはん
コンテスト

ヘルシー郷土料理で健康まちおこし



「鶏ささみと豆腐パティの佐世保バーガー」
のレシピが全国大会に出場

JA グループ一般社団法人家の光協会主催
「第16回ザ・地産地消 家の光料理コンテスト」

食品加工研究部
「小麦粉アレルギーでも大丈夫! トマトとリンゴ
とさつまいものケーキ」



甲子園大学
宝塚市紅葉ガ丘10番1号
TEL:0797-87-2493
FAX:0797-87-1022

