

レシピ用紙記入例

写真は重要。少なくともピンボケしていないものを、切っただけの中身(断面)を見せるのも一手、切らずに外観を見せるのも一手。遠すぎず、近すぎず。

「焼肉料理コンテスト2018」レシピ用紙
 必要枚数を両面コピーし、写真貼付し郵送応募。郵送前に両面コピーし、コピーの方をお手元に残して下さい。

テーマ: **ビビンバ** ~ 普普食材で彩る 韓国風まぜご飯 ~

作品名: **ビビンバ**

作品PR: **韓国風まぜご飯**

作品PR: **ビビンバ**

用 途	材 料 名・調 味 料 名	材 料 名	材 料 名	備 考
もやしナムル	小豆もやし ・醤油 ・塩 ・おろしにんにく ・コンショウ	もやし ・醤油 ・塩 ・おろしにんにく ・コンショウ	70円 0.5円 0.7円 0.5円	1人分の 一人(200円)
ほうれん草ナムル	ほうれん草 ・醤油 ・塩 ・おろしにんにく	ほうれん草 ・醤油 ・塩 ・おろしにんにく	180円 0.5円 0.5円 1円	1人分の 一人(250円)
大根ナムル	大根 ・醤油 ・塩 ・おろしにんにく	大根 ・醤油 ・塩 ・おろしにんにく	98円 10円 10円 2円 2.5円	1人分の 一人(200円)
ぜんまいナムル	ぜんまい(凍 ・醤油 ・塩 ・おろしにんにく ・コンショウ	ぜんまい(凍 ・醤油 ・塩 ・おろしにんにく ・コンショウ	200円 15円 3円 5.1円 11.7円 3.5円 0.5円	1人分の 一人(250円)
牛柳切り肉(焼肉用)	・牛柳(100g)×4 ・醤油 ・塩 ・おろしにんにく ・コンショウ	・牛柳(100g)×4 ・醤油 ・塩 ・おろしにんにく ・コンショウ	120円 10円 15円 10円 4.7円 1.5円 0.5円	1人分の 一人(250円)
錦糸卵	・生卵 ・塩 ・ごま油	・生卵 ・塩 ・ごま油	30円 0.5円 4円	1人分の 一人(250円)
海苔	・海苔	・海苔	10円	1人分の 一人(250円)
コチュジャン	・コチュジャン(韓国産)	・コチュジャン(韓国産)	10円	1人分の 一人(250円)
白米	・白米(100g×7)	・白米(100g×7)	184円	1人分の 一人(250円)
合計(税込)			1,636.9円 ÷ 4 = 409.2円	原価率 27.3% 1人前(税込) 1,500円

普及性のある面白いテーマ。ただし作品内容との整合性に注意。

大阪に対する"熱き想い"や、レシピでは表現できなかつたことを200字のコトバで表現してください。

用途ごとに分けて書くことと審査委員も読みやすいです。

少量の調味料はまとめて記入してもOK。但し少額でも原価額を書くこと。

主催者記入欄

※作品写真も1枚用意し、裏面に作品名を記入し、ここにノリで貼り付けて提出して下さい。
 ※作品写真は原画像、背景は白色として下さい。
 ※写真の被写体は、下記「作り方」欄記載通りの材料・製法で調理したものとして下さい。
 ※ただし、応募時点で「作り方」欄記載通りの材料が手に入らない場合は、代用品を用いて調理したものを被写体とするを認めます。その場合材料名(調味料名)欄の当該材料の原価額所付品に、代用品の写真撮影した旨を併記して下さい。
 ※写真の被写体となる応募作品は、審査員に最もアピールしたい態様(盛付として下さい。(中身や断面が見えるように切った状態でも、切らないままの状態でも、どちらでも自由。ただし、「作り方」欄に記載のない浸え物や被験物は不可となります。))
 ※写真では表現しきれない場合は、上記作品内容欄に言葉で表現して下さい。
 ※写真は、はっきり写った、画像のよいものとして下さい(画像や色の修正等不可)。

料理工程

作り方 (※投稿前日で行う調理工程) ※調理工程は、必要に応じて、調理工程を複数記載して下さい。調理工程は、必要に応じて、調理工程を複数記載して下さい。

もやしナムル
 ①豆もやしを沸騰するまで茹で、茹で上がったからザルに上げ濾切りした後よく冷やす。
 ②ごま油、塩、おろしにんにく、コンショウでまんべんなく和えて味付けする。

ほうれん草ナムル
 ①ほうれん草を5cm程度にカットし、よく水で洗う。
 ②ほうれん草を沸騰するまで茹で、茹で上がったから色止めのため冷水で冷やし、ザルに上げよく水切りをする。
 ③ごま油、塩、おろしにんにく、コンショウでまんべんなく和えて味付けする。

大根ナムル
 ①大根を5cm程度にみじん切りし、湯もみして全体がしんなりするまで置いておく。
 ②湯もみした大根を水にさらし、ザルに上げ水切りをする。
 ③醤油、砂糖、酒を入れてよく混ぜたものでまんべんなく和えて味付けする。

ぜんまいナムル
 ①ぜんまいを5cm程度にカットし、ぜんまいが凍かる程度の水を入れ沸騰させ、3分程度茹でた後ザルに上げ濾切りする。
 ②茹で上がったぜんまいを冷水にさらし、ザルに上げ水切りをする。
 ③醤油、砂糖、酒を入れてよく混ぜたものでまんべんなく和えて味付けする。
 ④ある程度気が無くなったから火を止め、白ごま油をかける。

和牛サーロイン
 ①牛サーロインを5cm程度に横切りし、ごま油、砂糖、醤油、酒、おろしにんにく、コンショウを入れてよく混ぜ下味をつける。
 ②熱したフライパンに味付けした牛柳切り肉を入れて、中火で汗気が出るまで焼く。

錦糸卵
 ①塩を加えた卵をよく溶きほぐし、半分の量の卵をごま油をひいて熱したフライパンで薄くさっと両面を焼く。
 ②残りの卵液に醤油、冷めたから横切りにカットする。

盛り付け
 ①ご飯を丼などの皿に盛り付け、その上にもやしナムル、ほうれん草ナムル、ぜんまいナムルを盛り付けする。
 ②焼肉なくナムルを盛りつけた後、錦糸卵を中央にふんわり盛り付け、その上に刻み海苔を少々かける。
 ③ナムルの順にコチュジャンをかける。

大阪産使用の場合は大阪産と記入すること。

決勝日に用いる食材が応募時点で入手できず写真で代用品で撮影した場合は「写真は代用品(一般的な品種もしくは他産地のもの)を使用」と記入すること。

原価率は35%以内です。売価は和洋中は800~3000円、テラートは~3000円の範囲内です。

原価率は35%以内です。売価は和洋中は800~3000円、テラートは~3000円の範囲内です。

キリトリ線

アンケートにご協力ください

Q1: 今回の応募作品について

1. 過去に考案したもので、現在お店で提供している
 2. 過去に考案したもので、現在お店では提供していない
 3. 今回の応募をきっかけに考案したもので、今後お店で提供していく予定
 4. 今回の応募をきっかけに考案したもので、お店で提供する予定は今のところない

Q2: 今回の焼肉料理コンテストへの応募は、どのような点で有意義だとお考えですか? (複数回答可)

1. 新商品(新メニュー)開発のよい動機づけになる点
 2. 料理人としてのスキルアップ・キャリアアップに役立つ点
 3. 料理人としての知名度向上や、お店・会社のPR(入賞した場合)に役立つ可能性がある点
 4. 著名な審査委員に自分の作品を審査し、コメントしてもらえる点
 5. 焼肉の食文化を考える機会になる点
 6. その他()

Q3: 関心事項・課題、今後取り組んでいきたいことについて、差し支えない範囲で教えてください(複数回答可)

1. 新商品・新メニュー開発
 2. 他店との差別化
 3. 自身や従業員のスキルアップ・教育
 4. 従業員の採用・定着
 5. 料理人どうしの技術交流や情報交換
 6. お店のPR・売上向上
 7. ホームページなどウェブの充実
 8. 店舗所在エリアの活性化
 9. 食材の調達・仕入れ先の拡大
 10. 焼肉業界への仲間意識拡大
 11. 資金繰り・経営改善
 12. 自身の独立開業
 13. その他()

Q4: 「焼肉料理コンテスト」を何で知りましたか? (複数回答可)

1. チラシ・パンフレット
 2. ホームページ
 3. Facebook
 4. 知人から紹介されて
 5. 事務局など主催関係者から紹介されて
 6. 勤務先で紹介されて
 7. その他()

Q5: 日頃、料理に関する情報収集やスキルアップのために、どのような機会や媒体を活用していますか。(複数回答可)

1. 勉強会
 2. ウェブサイト
 3. 業界団体などのセミナー
 4. 雑誌
 5. その他()

Q6: 「全国焼肉協会」事務局では会員増強に努めています。

1. 会員になりたい
 2. パンフレットを送ってほしい
 3. 無料の相談・説明をしてほしい

氏名等

ふりがな _____ 年 月 日生(歳) 男・女

自宅の住所等

〒 _____

電話: _____

FAX: _____

携帯電話: _____

店名・社名等

ふりがな _____

正社員数(経営者・パート・アルバイトを除く) _____ 人

業種業態 _____ ※当てはまるもの1つに○印

1. 焼肉店 2. ホルモン店 3. 韓国料理店
 4. 焼肉系居酒屋 5. その他()

お店紹介

入賞された場合、その栄誉を称え「焼肉ビジネスフェア」「焼肉新聞」にてお店・料理人のPRに努めてまいりますので、差し障りのない範囲でご記入下さい。

店休日: _____ 営業時間: 日 時 分~L0 時 分 夜 時 分~L0 時 分

上記内容に同意いたします

※ご記入いただいた個人情報・事業情報は厳重に管理し、「焼肉料理コンテスト」(全国焼肉協会)からご連絡をする際に使用するほか、当協会からの食に関する情報提供に使用します。ただし、応募者の氏名、年齢、社名、店名およびその住所、電話番号、お店紹介、作品名、PR文、写真、材料、レシピは、審査結果にかかわらず、当協会にその使用权が帰属するものとし、そのまま、あるいは適宜編集を加えたうえで、マスメディア向けの報道発表資料、出版物、広報紙、インターネットサイト等の広報媒体等に掲載する場合があります。

※ご提出いただいた応募関係書類一式(写真含む)は審査結果にかかわらず返却しません。なお、応募後は応募内容の加筆・修正ができません。

※審査および審査結果、審査委員コメントに関しては、一切お答えできません。

※ご応募およびご応募作品につき第三者と紛争が生じた場合当協会は一切責任を負いません。

※決勝競技と表彰式は、報道機関、当焼肉協会および協賛企業の関係者ならびに撮影・広報担当者に公開しますので、応募者(入賞者)の肖像が撮影され、その写真・映像が様々な広報媒体にて掲載・放映される可能性があります。また、当焼肉協会は、その事業の範囲内で当該写真・映像を使用する場合がありますので、予めご了承下さい。

※応募書類が主催者に提出された時点で、上記および募集要項の記載内容について承諾いただいたものとみなします。

主催者記入欄	応募番号
	決勝番号

「焼肉料理コンテスト2018」エントリー用紙

※必要枚数を両面コピーのうえ記入・写真貼付し郵送応募。郵送前に両面コピーし、コピーの方をお手元に残して下さい。(下記注意事項をお読みになり、同意の場合は□に✓を入れ応募下さい。又、公平を期するため、審査員は審査にあたりこのページを見ることはありません。)

「焼肉料理コンテスト2018」レシピ用紙

※必要枚数を両面コピーのうえ記入・写真貼付し郵送応募。郵送前に両面コピーし、コピーの方をお手元に残して下さい。

テーマ	ジャンルを超えた「ビビンバ」										応募番号
作品名	ふりがな										決勝番号
作品PR	日本語訳 ※200字以内で記述して下さい。										
											100
											200

用途	材料名・調味料名 <small>※応募時点ではなく、決勝時点で現実的に入手可能な食材とすること</small>	4人分の 個数・分量(単位)	4人分の 税込原価(円)	備考

合計(税込)	円 ÷ 4 =	原価	1人前(税込)	原価率	原価 ÷ 売価 × 100	%	売価	1人前(税込)	円
--------	---------	----	---------	-----	---------------	---	----	---------	---

作品写真

※作品写真を1枚用意し、裏面に作品名を記入し、ここにノリで貼り付けて提出して下さい。

※作品写真はL版現像、背景は白色として下さい。

※写真の被写体は、下記「作り方」欄記載通りの材料・製法で調理したものとして下さい。
ただし、応募時点では「作り方」記載通りの食材が季節上入手できない場合に限り、代用品を用いて調理したものを被写体とすることを認めます。その場合「材料名・調味料名」欄の当該食材の記載箇所付近に、代用品で写真撮影した旨を特記しておいて下さい。

※写真の被写体となる応募作品は、審査員に最もアピールしたい態様・盛付として下さい。
(中身や断面が見えるように切った状態でも、切らないままの状態でも、どちらでも自由。
ただし、「作り方」欄に記載のない添え物や装飾物は不可とします。)

※皿や器は、店名、社名が判別できるようなものは避けて下さい。皿や器の上に載らない応募作品以外のもの(グラス、飲み物、装花、マットなど)は被写体に含めないで下さい。

※写真では表現しきれない場合は、上記作品PR欄に言葉で表現して下さい。

※写真は、はっきり写った、画像の良いものとして下さい(画像や色の修正等不可)。

主催者記入欄

料理工程	作り方(競技時間内で行う調理内容) <small>※簡条書きで第三者が再現できるように記入 ※下記欄に全て書きまとめること ※決勝会場での共用設備・器具その他特殊設備・器具を使用する場合は使用タイミングと使用法を明記</small>

レシピ用紙記入例

写真は重要。少なくともピンボケしていないものを。切って中身(断面)を見せるのも一手、切らずに外観を見せるのも一手。遠すぎず、近すぎず。

普及性のある面白いネーミングがベター。但し作品内容との整合性に注意。

大阪に対する"熱き想い"や、レシピでは表現できなかったことを200字のコトバで表現してください。

用途ごとに分けて書くと審査委員も読みやすいです。

少量の調味料はまとめて記入してもOK。但し少額でも原価額を書くこと。

「焼肉料理コンテスト」レシピ用紙

※必要枚数を両面コピーのうえ記入・写真貼付し郵送応募。郵送前に両面コピーし、コピーの方をお手元に残して下さい。

テーマ	ジャンルを超えた「ビビンバ」			応募番号
作品名	ふりがな あおもりしよくざい いろど かんこくふう はん ビビンバ ~青森食材で彩る 韓国風まぜご飯~			決勝番号
作品PR	※200字以内で記述して下さい。 ビビンバとは韓国風まぜご飯のことです。色とりどりの地元野菜を味付したナムルやA5和牛サーロイン、海苔、水都大阪にちなんで水餃子に挑戦した。泉州水茄子で餡を作り、同じ水で育った泉州海苔を皮に練り込んだ。とと一緒に混ぜて食べます。ゴマ油とにんにくが香り、様々な食材がおりなす味わいは格別です。食物繊維やタンパク質、炭水化物が含まれ、栄養満点のヘルシー料理としてもお楽しみいただけます。			
用途	材料名・調味料名 <small>※応募時点ではなく、決勝時点で現実的に入手可能な食材とすること</small>	4人分の個数・分量(単位)	4人分の税込原価(円)	備考
もやしナムル	・小豆もやし ・ごま油 ・塩 ・おろしにんにく ・コショウ	一袋(200g) 5g 2g 1g 少々	70円 4円 0.5円 0.7円 0.5円	
ほうれん草ナムル	・ほうれん草 ・ごま油 ・塩 ・白ごま ・おろしにんにく	一束(250g) 5g 2g 1g 1g	180円 4円 0.5円 0.5円 1円	
大根ナムル	・大根 ・ごま油 ・酢 ・砂糖 ・塩	200g 5g 10g 10g 10g	36円 4円 1円 2円 2.5円	塩もみ用
ぜんまいナムル	・ぜんまい水煮 ・ごま油 ・砂糖 ・醤油 ・酒 ・おろしにんにく ・白ごま	200g 10g 15g 30g 25g 2g 1g	200円 8円 3円 5.1円 11.7円 3.5円 0.5円	炒め油
牛細切り肉 <small>(和牛サーロイン)</small>	・和牛サーロイン細切り ・ごま油 ・砂糖 ・醤油 ・酒 ・おろしにんにく ・コショウ	120g 10g 15g 10g 10g 2g 少々	840円 8円 3円 1.7円 4.7円 1.5円 0.5円	盛り付け
錦糸卵	・生卵 ・塩 ・ごま油	2個 少々 5g	30円 0.5円 4円	炒め油
海苔	・刻み海苔	少々	10円	
コチュジャン	・コチュジャン(市販品)	5g	10円	
白米	・白米(00産コシヒカリ)	800g	184円	
合計(税込)			1,636.9円	
		原価 1人前(税込)	409.2円	原価率 原価÷売価×100
				27.3%
		売価 1人前(税込)	1,500円	

原価率は35%以内で。 売価は和洋中は800~3000円、デザートは~3000円の範囲内で。 決勝日に用いる食材が応募時点で入手できず写真を代用品で撮影した場合は「写真は代用品(一般的な品種もしくは他産地のもの)を使用」と記入すること。 大阪産使用の場合は大阪産と記入すること。

※作品写真を1枚用意し、裏面に作品名を記入し、ここにノリで貼り付けて提出して下さい。

※作品写真はL版現像、背景は白色として下さい。

※写真の被写体は、下記「作り方」欄記載通りの材料・製法で調理したものとして下さい。ただし、応募時点では「作り方」記載通りの食材が季節上入手できない場合に限り、代用品を用いて調理したものを被写体とすることを認めます。その場合「材料名・調味料名」欄の当該食材の記載箇所付近に、代用品で写真撮影した旨を特記しておいて下さい。

※写真の被写体となる応募作品は、審査員に最もアピールしたい態様・盛付として下さい。(中身や断面が見えるように切った状態でも、切らないままの状態でも、どちらでも自由。ただし、「作り方」欄に記載のない添え物や装飾物は不可とします。)

※皿や器は、店名、社名が判別できるようなものは避けて下さい。皿や器の上に載らない応募作品以外のもの(グラス、飲み物、装花、マットなど)は被写体に含めないで下さい。

※写真では表現しきれない場合は、上記作品PR欄に言葉で表現して下さい。

※写真は、はっきり写った、画像の良いものとして下さい(画像や色の修正等不可)。

主催者記入欄

料理工程	作り方(競技時間内で行う調理内容) <small>※箇条書きで第三者が再現できるように記入 ※下記欄に全て書きまわすこと ※決勝会場での共用設備・器具その他特殊設備・器具を使用する場合は使用タイミングと使用方法を明記</small>
もやしナムル	①豆もやしを沸騰するまで茹で、茹で上がったたらザルに上げ湯切りした後よく冷やす。 ②ごま油、塩、おろしにんにく、コショウでまんべんなく和えて味付けする。
ほうれん草ナムル	①ほうれん草を5cm程度にカットし、よく水で洗う。 ②ほうれん草を沸騰するまで茹で、茹で上がったたら色止めのため冷水で冷やし、ザルに上げよく水切りをする。 ③ごま油、塩、おろしにんにく、コショウでまんべんなく和えて味付けする。
大根ナムル	①大根を5cm程度にみじん切りし、塩もみして全体がしんなりするまで置いておく。 ②塩もみした大根を水にさらし、ザルに上げ水切りをする。 ③酢、砂糖、ごま油をよく混ぜたものでまんべんなく和えて味付けする。
ぜんまいナムル	①ぜんまいを5cm程度にカットし、ぜんまいが浸かる程度の水を入れ沸騰させ、3分程度茹でた後ザルに上げ湯切りする。 ②茹で上がったぜんまいをごま油をひいた鍋に入れ、おろしにんにくを加え1分程度全体をざっと炒める。 ③砂糖、醤油、酒を入れてよく混ぜながら中火で2分程度炒め煮する。 ④ある程度汁気が無くなったら火を止め、白ごまを混ぜる。
和牛サーロイン	①牛サーロインを5cm程度に細切りし、ごま油、砂糖、醤油、酒、おろしにんにく、コショウを入れてよく混ぜ下味をつける。 ②熱したフライパンに味付けした牛細切り肉を入れて、中火で汁気が無くなるまで炒める。
錦糸卵	①塩を加えた卵をよく溶きほぐし、半分の量の卵をごま油をひいて熱したフライパンで薄くさっと両面を焼く。 ②残りを同様に焼き、冷めたら細切りにカットする。
盛り付け	①ご飯を丼などの皿に盛り付け、その上に、もやしナムル、ほうれん草ナムル、そぼろ、大根ナムル、ぜんまいナムルを盛り付けする。 ②隙間なくナムルを盛りつけた後、錦糸卵を中央にふんわり盛り付け、その上に刻み海苔を少々かける。 ③ナムルの隣にコチュジャンをのせる。

作り方は箇条書きで書いてください。

必ず1枚でかきまとめること。

工程は手順ごとに分けて書いてください。