応募〆切
9月5日(金)
当日必着!

三重県 おさかな料理 コンクール

〈メインテーマ〉

ずーーーーーっと うお活ッ！
~NO FISH NO LIFE~

★プロを目指す学生部門★
20分でおいしい！おさかな料理

★魚活チャレンジ部門★
おさかなの1汁1(いちじゅういち)おにぎり

対象者
1.三重県在住で料理が大好きな方
2.実技審査(2025年9月22日(月)開催)に出場可能な方

部門及びテーマ

①プロを目指す学生部門
調理師専門学校、高等学校調理科、栄養専門学校、短期大学、大学で専門的に調理・栄養を勉強している食のプロを目指す学生、及び漁業関係推薦の同学生

◇部門テーマ
「20分でおいしい！おさかな料理」
魚料理はむずかしくない！誰でも作れるおさかな料理
※テーマに沿った一品料理(丼、汁物、麺類も可)

②魚活チャレンジ部門
プロを目指す学生部門以外の学生で、小・中・高・大・専門学生と一般の方(プロアマ不問)、及び漁業関係推薦の方

◇部門テーマ
「おさかなの1汁1おにぎり」
具材に魚介藻類を使った汁物とおにぎり
※汁物1つとおにぎり1個をセットで作ること。
※汁物、おにぎりのどちらにも魚介藻類を使用すること。
※炊き込みご飯で作るおにぎりは不可。
(炊きあがったごはんに混ぜ込むのは可。)

レシピの注意点
・三重県産魚介藻類を使用したレシピを考案する。
・全国大会(12/14開催)へ推薦するため、その時期に入手可能な食材を使用する(応募時は代わりの食材でも可能ですが、使用予定の食材を明記)。
・各部門のテーマに沿ったレシピとし作り方(工程)は箇条書きにするなど、調理の段取りを考えながら、できるだけわかりやすく記入すること。
・作品は未発表および発表予定のないものに限る。

調理時間・材料費
①部門 調理時間:2人分20分以内(炊飯時間は除く)
材料費 :2人分3,000円以内
②部門 調理時間:1人分の汁物とおにぎり1個で30分以内
(炊飯時間は除く)
材料費 :1人分1,000円以内

応募方法
応募用紙に必要事項を記入し、写真を添付して下記の宛先へ送付してください。

〒514-0006 三重県津市広明町323-1
三重県水産物消費拡大促進協議会 宛
※2025年9月5日(金) 必着でお願いします。

審査方法
○1次審査:書類審査
9月上旬に行い、最大12名を選出。審査の結果は、9月10日頃迄に審査通過者へのみ連絡します。
○2次審査:実技審査
実際にレシピを調理してもらい、審査します。
【日程】2025年9月22日(月) 【場所】アスト津
【選考基準】テーマに沿ったレシピとなっているか、味・香りなど魚介類の特性が活かされているか、アイデア・普及性・盛り付け・料理の仕方 など

各賞
最優秀賞者には商品券2万円＋三重県産海産物を贈呈。さらに、東京で開催される「シーフード料理コンクール」へ推薦します。
※その他の賞も予定しています。

お問合せ
三重県水産物消費拡大促進協会(事務局:大西・上野)
TEL:059-228-5445 FAX:059-225-4511