

応募総数518作品の中から、見事大賞に選ばれたのは 岩橋結子さんの「パプリカカレードリア」

去る11月22日、東京都千代田区にある株式会社LEOC本社にて、株式会社ドクターズプラザ主催による「第3回・野菜摂取応援レシピ大賞」の最終審査会および授賞式が開催されました。

2017年にスタートしたこのコンテストは、厚生労働省が定める「1日に必要な野菜摂取量=350グラム(副菜5つ)」に対して日本人が平均的に不足している「70グラム(副菜1つ)」の摂取を応援することで、野菜摂取の重要性を広く認知し、日本人の健康な体づくりの推進を目的としています。

17年の第1回開催では「お父さんのための野菜レシピ」、18年の第2回開催では「お母さんのための野菜レシピ」というテーマを設定したのに続き、3回目となる今回は「働く女性のための野菜レシピ」がテーマとなりました。

最終的に、全国の高等学校、専門学校、大学、短期大学、一般の方々から、前回を大きく上回る518作品の応募があり、厳正な審査の結果、5作品を大賞候補作品に選定。この日の最終審査会で大賞ほか各賞が決定しました。

最終審査会では、LEOC社内の厨房にて応募者が実際にレシピどおりに調理し、その場で試食、審査が行われました。その結果、名古屋女子大学に通学する岩橋結子さんが考案した「パプリカカレードリア」が見事大賞に選ばれました。また、優秀賞には井上昭子さんの「ヘルシー大根 de 坦々風」、LEOC賞には柴田日奈乃さんの「厚揚げ油淋鶏風」、特別賞には入谷明里さんの「さばの水煮缶でアジアン風トマト煮込み～パクチーを添えて～」と佐藤桃子さんの「栄養満点！ もちもちいももち」が選ばれました。

最終審査会のあとの授賞式は、LEOC本社で実施されました。喜びの受賞セレモニーとあわせて懇親会が行われ、LEOCの協力によって鮮度と調理法にこだわったおいしい料理が多数提供されました。



最終審査会場



最終審査会に残った5名



講評

審査委員長・内野美恵氏

東京家政大学ヒューマンライフ支援センター准教授

今回は「働く女性のための野菜レシピ」というテーマで募集したところ、昨年を大きく上回る数の応募があり、審査には大変苦労しました。どのレシピが最終選考に残ってもおかしくない、非常にレベルの高いレシピばかりでした。同時に、ご応募いただいた皆さんがどんな「働く女性」をイメージされたのかにも興味を持ちました。

大賞に輝いた「パプリカカレードリア」は、真っ赤なパプリカの見た目が、プレゼントをもらったようなワクワク感を醸成し、フタを開けると鮮やかな色彩が目に飛び込んでいます。見た目だけでなく、ビタミンB1、C、カルシウム、鉄、食物繊維も含まれていて、まさに働く女性へのプレゼントレシピです。

優秀賞の「ヘルシー大根 de 坦々風」は、糖質过多が気になる人へのダイエット食であり、普通におかずとしても食べ応えのある一品です。働く女性の疲労とストレスの軽減が期待できます。

LEOC賞の「厚揚げ油淋鶏風」は、市販の厚揚げで手軽に作ることができます。厚揚げには大豆イソフラボンが含まれており、女性の美しさや若々しさを手助けしてくれます。

特別賞の「さばの水煮缶でアジアン風トマト煮込み～パクチーを添えて～」は、トレンドの食材を使ったオシャレなレシピ。作り方が簡単で、見た目にも鮮やかで食欲をそそります。同じく特別賞の「栄養満点！ もちもちいももち」は、北海道の郷土料理「いももち」にアレンジを加えて、よりおいしく、栄養的にも優れたレシピとなっています。



厳選食材を使った彩り鮮やかな料理に舌鼓

「野菜摂取応援レシピ大賞～働く女性のための野菜レシピ～」の最終審査会後には、最終審査に残った応募者とその関係者、主催者及びその関係者などによる懇親会が行われました。懇親会では、株式会社LEOC様のご協力により、独自の製法で素材のおいしさが最大限に引き出されたこだわりの料理が多数提供され、和やかな雰囲気の中で終了致しました。



懇親会ではビュッフェスタイルでお料理が提供されました

懇親会で提供された料理の一部を ご紹介します。

前菜盛り合わせ



カービング



鴨のロティ
パイと野菜の
アンサンブル



にぎり寿司



黒酢の柔らか酢豚
～ピーカンナッツの
餡焼き添え～

熟成とろける
牛タンシチュー



お品書き

◆前菜盛り合わせ

ブランドポテトムース宝石箱に見立てて
いぶりがっこチーズの王様のピンチョス
そば粉のガレットサラダ仕立て

◆牛肉料理

熟成とろける牛タンシチュー

◆鴨肉料理

鴨のロティ パイと野菜のアンサンブル

◆豚肉料理（中華料理仕立て）

黒酢の柔らか酢豚～ピーカンナッツの飴炊き添え～

◆海鮮料理（中華料理仕立て）

上海カニ頂湯スープ

◆オリジナル料理

大根と厚切りベーコンのコンソメ煮
さつまいもとぶなクイーンのグリルロースト

◆季節料理の炊き合わせ

◆にぎり寿司

◆海鮮彩り巻き

◆〆の蕎麦

◆スイーツ

アップルパイ

ガトーショコラ

Tea's Jelly



海鮮彩り巻き



さつまいもと
ぶなクイーンの
グリルロースト



国産そば粉の
手打ち蕎麦
～新蕎麦で一期一会の
おもてなし～



スイーツ



スイーツ