

チーム名	しょうま
お名前	呉川将真 様
火星料理レシピへの想 い等	今回私が選んだシュチュエーションは「世界の人と行く火星ピクニック」です。このシュチュエーションを選んだ理由は近年における世界規模の環境問題や食材ロスを考え直すきっかけにしたかったからです。なので今回は食材ロスが多い国上位の中から中国、インド、アメリカ、日本、ブラジル、メキシコ、パキスタン世界で最も早く食材ロスを無くす運動に取り組んだイタリアとフランスの代表料理を交えた献立を考えました。またお弁当の箱は紙製なので環境にも優しい物を使用しています。このレシピは食の有り難みや大切さだけでなく世界の人々を繋ぐ架け橋にもなって欲しいです。食にはその力があると僕は信じています！
1人分を作るための材 料の量	1人分原価 989.3円です。
調理方法	春巻きは油鍋で 170°で5分 酢豚は野菜をは素揚げ片栗を付けた豚肉を焼きフライパンに移し黒酢あんで絡めました。小籠包は蒸し器で8分 タンドリーチキンは下味をつけタレに絡めた後にグリルで5分 アチャールは購入 カレーは鍋にて煮込み フライドチキンは下味をつけ小麦粉、卵の準に付け油鍋で180°で4分余熱で1分 ローストビーフは体温調節 シーザーサラダは野菜をカットし合える おにぎりは鮭フレークを混ぜたものと梅干しを入れた物を用意 卵焼きは2合巻きで調理 サーモン幽庵焼きは幽暗地に1時間付けて調理 フェジョアーダは煮込み調理 セビーチェはタコと玉ねぎ、レモンで合えたのち香草類をかける トルティーヤチップスは購入 ケバブは生地を焼きその上に甘辛く炊いた鶏肉と玉ねぎを乗せトマトチーズ、チリをかけました。 ムニエルはサーモンを使用しフライパンで加熱調理 生ハムはサラダで使用 ピザは購入

