

# 炒め玉ねぎニンニクドレッシング

## ドレッシング部門 最優秀賞

### 材料・分量

玉ねぎ	半分
しょうゆ	大さじ2
さとう	大さじ2
だし汁	大さじ1
オリーブオイル	大さじ3
ニンニク黒こしょう	小さじ2
酢	大さじ2

### 作り方

- ① 玉ねぎをあらみじん切りにして、オリーブオイルをひいてフライパンで炒める。
- ② 火が通ったら、しょうゆ、さとう、だし汁、酢を入れてひとにたちさせる。
- ③ あら熱がとれたらオリーブオイル、ニンニク黒こしょうを入れ混ぜる。
- ④ ひと晩冷蔵庫で冷やしてできあがり。

# 新玉ねぎのドレッシング

## ドレッシング部門 優秀賞

### 材料・分量

玉ねぎ	半分	ごま	大3
酢	大6		
みりん	大6		
しょうゆ油	大5		
ごま油	大5		
塩	小1/2		
砂糖	大2		

### 作り方

- ① 玉ねぎをみじん切り。
- ② 全部まぜて半日寝かす。

# 「made in 田原」 トマトとカシスのフルーティードレッシング

## ドレッシング部門

### 材料・分量

トマト酢<鈴木農園>	200cc	ブラックペッパー	適
カスリキュール	125cc	ゼラチン	少々
玉葱	150g		
トマトジャム<風雅	125g		
真紅の結晶>			
ワインビネガー	25cc		
オリーブオイルEX	50cc		

### 作り方

- ① 玉葱アッシュ（水にさらす）
- ② カスリキュール（フランベ）
- ③ 各種材料 計量。
- ④ ゼラチン湯煎。
- ⑤ 材料混ぜる。

# あつみみかん Dressing

## Dressing 部門

### 材料・分量

キャノーラ油	180cc	黒コショウ	少々
アップルビネガー	100cc		
伊良湖アンコールオレンジ	90cc		
水	90cc		
塩	7.5g		
粉マスタード	7.5g		
玉ネギすりおろし	30g		

### 作り方

- ① 伊良湖アンコールオレンジを横に1/2にカットして、しぼり器でジュースを取る。
- ② 粉マスタードをボールでお湯少々(分量外)で溶き、キャノーラ油とアップルビネガーで溶いていく、玉ネギすりおろし黒コショウ、塩も途中で足す。
- ③ よく混ぜたら、伊良湖アンコールオレンジのジュースを足してなじませる。

### ポイント

- ・かんりんジュースや他のみかんでも代用可
- ・レモン汁を少し足すと夏にぴったり!

# アンチョビドレッシング

## ドレッシング部門

### 材料・分量

アンチョビ	3枚
レモン汁	小さじ1
バルサミコ酢	小さじ1
にんにく	一片
オリーブ油	200cc
赤とうがらし	1/2本
水	50cc

### 作り方

- ① アンチョビ、にんにくはみじん切にする。
- ② 赤とうがらしは種を除いて輪切りにします。
- ③ レモン汁、バルサミコ酢、水を合わせ、オリーブ油を少しずつ加え乳化させます。
- ④ ③に①②を入れ混ぜ合わせたら出来上がりです。

# ゴマドレッシング

## ドレッシング部門

### 材料・分量

サラダ油	200cc	塩、味の素・ブラックペッパー	少々
オリーブオイル	100cc	フレンチマスタード	少々
ワインビネガー	100cc		
レモン	1/2コ		
玉ネギ	1コ		
にんにく	1/2コ		
ゴマ	40g		

### 作り方

- ① 混ぜる。

# たはらっこ de 大葉ドレッシング

## ドレッシング部門

### 材料・分量

大葉	30 枚	砂糖	15g
新玉ねぎ(すりおろし)	90 c c		
さきいか	30g		
菜種油	75cc		
(たはらっこ)			
レモン汁	75cc		
しょうゆ	150cc		

### 作り方

- ①大葉を洗い、キッチンペーパーで水分をふき取る。
- ②大葉とさきいかをみじん切りにする。
- ③全ての材料を蓋つきの容器に入れてよく振る。
- ④冷蔵庫で2～3日寝かせて、味をなじませる。

# トマトドレッシング

## ドレッシング部門

### 材料・分量

砂糖	50g
す	100cc
しょうゆ	100cc
レモン汁	小2
トマト	100g
オリーブオイル	50g

### 作り方

- ① トマトを1cm角に切る。
- ② ①の材料をあわせまぜる。
- ③ ②にトマトを加えかるくまぜる。



# ドレッシング “海”

## ドレッシング部門

### 材料・分量

ポンズ	300ml
カツオ節	50g
シラス	50g
オリーブオイル	200ml

### 作り方

シラスをカリッと素揚げする。  
ブレンダーで全てを攪拌する。

# ドレッシング “奏”

## ドレッシング部門

### 材料・分量

ニンニク	50 g
タカノツメ輪切り	1本分
オリーブオイル	300 ml
アンチョビ	50 g
粉チーズ	50 g
赤ワインビネガー	20 ml

### 作り方

- ① 鍋はオリーブオイル、ニンニク、アンチョビ、タカノツメを入れ、香りを出す。
- ② 粗熱を取り、赤ワインビネガー、粉チーズを入れブレンダーで攪拌する。

# ドレッシング “地”

## ドレッシング部門

### 材料・分量

カレー粉	10 g
マヨネーズ	300 g
粉チーズ	50 g
殺菌水（ペットボトル）	100 ml
塩	少々
マーマレード	30 g

### 作り方

- ① ブレンダーで攪拌する。

# にんたまドレッシング

## ドレッシング部門

### 材料・分量

新たまねぎ	中 1/2 個	ブラックペッパー	小さじ 1/4
にんにく	1/2 片	(4 人分)	
しょうゆ	50m l		
みりん	50m l		
砂糖	大さじ 1		
酢	大さじ 1		
ごま油	大さじ 2		

### 作り方

- ① 新玉ねぎとにんにくをすりおろす。
- ② A を鍋に入れひと煮立ちさせ①を入れ弱火で 1、2 分煮る。
- ③ 火を止め、ごま油、ブラックペッパーを混ぜる。

※玉ねぎをすりおろした時の水分も一緒にいれます。

※冷蔵庫で一晩ねかせるとまろやかでさらにおいしくなります。

※上記の材料で 150~200 c c のドレッシングができます。

# フレッシュトマトのごまドレッシング

## ドレッシング部門

### 材料・分量

ミニトマト	4～5個
酢	大さじ1
しょうゆ	大さじ1
砂糖	小さじ1
白みそ	小さじ1
白すりごま	小さじ1

### 作り方

- ① ミニトマトは細かく切る。
- ② 酢、しょうゆ、砂糖、白みそ、白すりごまを混ぜ合わせる。
- ③ ②に切ったミニトマトを加え混ぜ合わせる。

# 甘夏マーマレードのイタリア風ドレッシング

## ドレッシング部門

### 材料・分量

甘夏	1個	塩こしょう	適量
手作りマーマレード	大さじ3		
オリーブオイル	100cc		
ワインビネガー	80cc		
玉ねぎ	1/4個		
ニンニク	一片		
松の実	適量		

### 作り方

- ① 玉ねぎとニンニクを細かいみじん切りにして電子レンジでチンする。
- ② 甘夏は半分はジュースに絞って、残りの半分は実を細かくほぐしておく。
- ③ 松の実は麺棒などでたたいて細かく砕いておく。
- ④ 材料をボールに入れてよく混ぜる。
- ⑤ 塩こしょうで味を整える。

# 簡単!食感たのしい本格フレンチドレッシング

## ドレッシング部門

### 材料・分量

EV オリーブオイル	120cc	A { フライドオニオン(フレーク)	適量
ピュアオリーブオイル	120cc		くるみ(粗みじん切)
白ワインビネガー	60cc		
塩	小さじ1/2		
粒マスタード	12g		
玉ネギ	1/4ケ		
ニンニク	1かけ		

### 作り方

- ① ボールにA以外の物をすべて入れる、ゴムべらで良く混ぜる。
- ② 500ccのポットボトルをよく洗い乾燥させておき、①の分量をすべて入れる。
- ③ よく振る。一晩寝かせる。(出来れば)
- ④ 使う時にフライドオニオンとクルミを合わせてかける。

### ポイント

- ・玉ネギもにんにくもしっかりすりおろす。
- ・一晩寝かせる。

# 献立いろいろみそマヨ

## ドレッシング部門

### 材料・分量

イチビキ献立みそ	50g
マヨネーズ	50g

### 作り方

- ①イチビキ献立いろいろみそとマヨネーズを用意する。
- ② ①を1：1で混ぜる。
- ③キャベツに適量かけて合える。



# 焼肉ドレッシング

## ドレッシング部門

### 材料・分量

サラダ油	200cc
オリーブオイル	100cc
ワインビネガー	100cc
レモン	1/2コ
焼肉のタレ	80cc
魚粉	50g
ホワイトペッパー・塩	少々

### 作り方

- ① 混ぜる。

# 醤油マヨドレ

## ドレッシング部門

### 材料・分量

薄口醤油	25g
マヨネーズ	50g
オリーブオイル	50g

### 作り方

- ①薄口醤油とマヨネーズとオリーブオイルを用意する。
- ② ①を1 : 2 : 2で混ぜる。
- ③キャベツに適量かけて合える。