

## 千葉県食育おむすびプロジェクトで検索！

千葉県食育おむすびプロジェクトとは？

市の食の課題解決(朝食欠食者の減少・共食の機会の増加・野菜摂取量の増加)のために産学官(イオンリテール株式会社、千葉県立保健医療大学健康科学部栄養学科、千葉市)が連携し、栄養学科の大学生が考案したおむすびを商品化し、販売します。おむすびを通じて、食育や共食の機会増加、朝食摂取、野菜摂取を呼びかける取組みです。

## ■ からし菜入りだし巻き玉子

### 【材料】(2人分)

玉子…2個

土気からし菜の漬物…14g

白だし…10g

サラダ油…6g

### 【作り方】

1. 土気からし菜の漬物は水気をよく切り、0.5 cm程度の長さに切る。
2. 玉子を溶き、白だしと切った1. のからし菜を加えて混ぜる。
3. 玉子焼き器にサラダ油をひき、何回かに分けて卵液を流し込み、巻く。
4. 焼き上がったものを取りだし、粗熱をとる。

### レシピのおすすめポイント

千葉県産の土気からし菜の漬物「とけからちゃん」を使用しているため、千産千消に貢献できます。また、色も食感もからし菜が良いアクセントとなっています。