

高校生の参加も歓迎します！



# 東大阪大学 第4回国際交流料理大会

わたし くに じまんりょうり

## ～今年のテーマ：私の国の自慢料理～

料理の例



日本「肉じゃが」



韓国「プルコギ」



中国「麻婆豆腐」

2019  
12 / 8 (日)  
10:00 調理開始

- 日時：2019年12月8日（日）  
9:30 調理準備開始 13:30 終了予定
- 対象：東大阪地域在住の外国人の方（料理プロを除く）
- 場所：東大阪大学8号館1階 調理実習室
- 国の自慢料理の定義：①出身国で一般的に食されている料理であること。  
②材料を切り整えて味付けし、焼いたり煮たりして調理したもの。
- ルール：制限時間内に主菜1品を完成させる。必要に応じて「主食」「副菜」などを追加してもよい。完成した料理は参加者全員（20～30人程度）でシェアするため、相応の量を作り、取り分けやすい状態で盛り付けること。
- 注意事項：①今回の大会の採点は、主菜に限って行います。  
なお、主食と主菜が組み合わさった料理（ミートソースパゲッティ等）及び主菜と副菜が合わさった料理（例ハンバーグとナス、トマト等の副菜を一皿に盛り付けたもの等）は、採点対象といたします。  
調理時間は、1時間以内（下準備時間は、別途30分）です。
- 参考：「主食」は主に炭水化物とエネルギーの供給源になるもので、お米やパンなど穀類からの摂取が最も多い。パン・ご飯・おにぎり・もち・うどん・そば・中華麺・スパゲッティ・マカロニなど・・・  
「副菜」は主にビタミン・ミネラル、食物繊維の供給源になるもので、野菜・きのこ・いも・海藻料理などにあたります。  
「主菜」は主にたんぱく質、脂質、エネルギー、鉄の供給源であり、ビタミン・ミネラルなども含みます。肉・魚・大豆、卵などにあたります。

### 【参加者募集】

募集定員：9名（グループ可、9グループまで）

申込方法：本学ホームページより、申込用紙をダウンロードし必要事項をご記入のうえ、本学に郵送または記入した応募用紙を添付し下記メールアドレスに送信いただくか、応募用紙に記載されている代表者情報等をメール本文に入力し送信してください。

なお、詳細については東大阪大学ホームページをご覧ください。

材料費は、本学で支給いたします。

応募が募集定員を超えた場合、抽選とさせていただきます。

### 【観覧者募集】

申込方法：本学ホームページより、観覧希望申込書をダウンロードし必要事項をご記入のうえ、本学に郵送または記入した観覧希望申込書を添付し下記メールアドレスにお送りいただくか、観覧希望申込書に記載されている代表者情報等をメール本文に入力し送信してください。

**※申込締切：2019年10月18日（金）当日消印有効**

主催：東大阪大学・東大阪大学短期大学部 地域連携推進センター 異文化交流室

東大阪大学短期大学部 実践食物学科

後援：HONK NPO東大阪日本語教室

東大阪大学 地域連携推進センター 異文化交流室

〒577-8567 大阪府東大阪市西堤学園町3-1-1

Tel:(06)6781-7045 FAX:(06)6782-2896 E-mail:ibunkakoryu@higashiosaka.ac.jp

東大阪大学ホームページ <http://higashiosaka.ac.jp/>



東大阪大学 ホームページ URL