

ひたちなか大洗地域の**新ご当地グルメ**を提供しませんか？

りぞーとぐるめ 協力事業者大募集！

りぞーとぐるめとは？

- ひたちなか大洗地域の食材を活かした、おしゃれな新ご当地グルメです
- 撮ってよし、食べてよしな新メニューで、地域全体のさらなる魅力アップを期待！
- 「りぞーとぐるめ」の提供店舗拡大、地域の盛り上げにご協力をお願いします！



募集の概要

- 4品の「りぞーとぐるめ」のうち、1品以上提供いただける方を募集します
- 提供事業者様は関係団体のHPやSNS等でご紹介するほか、店頭用のポップをお渡しします

対象) ひたちなか市内・大洗町内で提供が可能な方（宿泊・飲食業など）

期間) 特別の定めなし（イベント時の提供も歓迎！）



→作り方の動画は
コチラから



りぞーとぐるめの基本の作り方

① たことしらすのガパオライス（食感も楽しいアジアなメインメニュー）

食 材：蒸したこ、しらす、卵、白米、パプリカ、パクチー など

- 作り方：**
- ①トッピングのしらすをカリカリになるまで揚げ焼きにする
 - ②蒸したこを細かく切ったたこミンチを作り、炒める
 - ③たこミンチと切ったパプリカを調味料と炒めて、白米の上に盛り付け
 - ④上から目玉焼き、しらすをのせる



② ほしいもシェイク（ほしいもの甘さを活かしたデザートドリンク）

食 材：ほしいも、アイス、氷、ほしいもパウダー、ビスケット など

- 作り方：**
- ①アイス、氷、ほしいもパウダー等をミキサーに入れてまわす
 - ②容器に入れ、上からほしいものをのせ、その他砕いたビスケットやゼリーなどをトッピングする



③ しらすのバーニャカウダ（しらすの旨みを活かしたサラダ感覚の一品）

食 材：しらす、ニンニク、牛乳、生クリーム、マヨネーズ、野菜 など

- 作り方：**
- ①しらす、牛乳で煮たニンニクを炒め、ミキサーでペースト状にする
 - ②生クリームにマヨネーズ等を加え、7分立てにし、①と混ぜ合わせる
 - ③好みの野菜と盛り付ける



④ ほしいも、しらすち〜ずカップパン（アレンジ可能なワンハンドメニュー）

食 材：薄力粉、ベーキングパウダー（BP）、卵、牛乳、砂糖 など

- 作り方：**
- ①卵、砂糖、牛乳、ふるった薄力粉とBP、サラダ油を混ぜ合わせて生地を作り、シリコンカップに流し入れる
 - ②別で作ったしらすやほしいもクリームをいれ、生地を再度流し入れる
 - ③蒸し器で6分半蒸し、カップから外してトッピング等をする



基本レシピをベースにアレンジしてもOK！ご興味のある事業者様からのご連絡をお待ちしております！

問合せ・ 申込先

ひたちなか大洗リゾート構想推進協議会事務局（茨城県政策企画部地域振興課内）

Mail chikei5@pref.ibaraki.lg.jp TEL 029-301-2778（直通） FAX 029-301-2789

※ひたちなか市（観光振興課）・大洗町（商工観光課）を通じた申込も可能です

ひたちなか大洗リゾート構想推進協議会では、ひたちなか大洗地域をよりおしゃれなリゾートとするため、関係団体と取組を進めています。