

第25回 豆！豆！料理コンテストの優秀作品

一般社団法人全国豆類振興会

1. はじめに

全国豆類振興会では、東京新聞と共催し、公益財団法人日本豆類協会の後援を得て「豆！豆！料理コンテスト」を実施しています。

一般消費者から豆を使ったオリジナル料理を募集し、優秀作品を表彰するとともに、それらのレシピを広く一般に紹介するもので、消費者の豆料理に関する関心の向上と美味しく健康的な食生活の実現に資することを目的として毎年開催しています。

2. コンテストの経過

本年も一般部門と学生部門を設けて、募集を5月末から7月末まで東京新聞の紙面やホームページ等で行いました。

応募総数は1,018通で、その中から一次の書類審査を通過した10名が、9月4日に東京都葛飾区の東京聖栄大学附属調理専門学校で実際に調理する最終審査会に参加しました。

参加者は90分の制限時間内で調理し、5名の審査員により、味、外観、豆の使い方、作りやすさ等の観点から審査が行われ、別表のとおり入賞作が決定されました。なお、本年は学生部門では優秀作品の該当者は、ありませんでした。

表彰式では、全国豆類振興会の吉田岳志会長の挨拶、入賞者への表彰状等の授与が行われ、牧野直子審査委員長及び藪光生全国豆類振興会広報委員長からの講評等がありました。

本コンテストは、豆の日（10月13日）関連イベントと位置づけられており、コンテスト優秀作品は「豆の日」に東京新聞紙上やホームページで公表されています。

3. 審査委員長の講評

牧野直子コンテスト審査委員長〔(有)スタジオ食 代表〕から、次の審査講評をいただいています。

「今回、最終選考に残った料理は白花豆、紫花豆、大福豆、小豆、手亡、うずら豆、レンズ豆など様々な豆が使われ、料理ジャンルも和・洋・中・エスニックと幅広く、煮る、

炒める、揚げる、漬ける、つぶすなど調理法も多岐にわたり、バラエティに富んでいました。豆は水煮やドライパック、また、乾物なら多めに煮て冷凍保存で常備しておけば、すぐに使えて便利です。豆は鉄やカルシウム、ビタミンB群の他に、私たちの食事でも不足している食物繊維が豊富です。食物繊維は食後の血糖値の上昇を緩やかにしたり、腸内で有害物質などを吸着して排出し、腸内環境をよくするなどメリットがたくさんあります。入賞作品を参考に、是非、ご家庭で豆料理をとりいれて「豆をマメに」食べていただきたいものです。」

4. コンテスト結果の掲載ホームページ

本コンテストの優秀作品は、「豆の日」の10月13日に東京新聞紙上に掲載されたほか、東京新聞のホームページでは過去の受賞作品のレシピなど、豆の日普及推進協議会のホームページではコンテスト結果が掲載されています。

* 東京新聞（コンテストの応募受付及び過去の受賞者レシピを掲載）のホームページ

<http://www.tokyo-np.co.jp/event/beans/>

* 豆の日普及推進協議会（コンテストの優秀作品・レシピ）のホームページ

<http://mame-no-hi.jp/>

第25回豆！豆！料理コンテスト受賞者一覧

賞	タイトル	氏名
一般部門最優秀賞	湯葉とお豆のクリームボール～自家製トマトソースとマッシュ・ビーンズ添え～（大福豆）	山本知子さん （東京都）
優秀賞	花豆の醤油豆 （花豆）	島村美和子さん （神奈川県）
	お豆の彩りごちそう和え （白花豆）	辻井智子さん （神奈川県）
特別賞	豆豆シューマイ （レンズ豆）	野村みゆきさん （茨城県）
	辛うま！花豆の麻婆丼 （白花豆、紫花豆）	郡司麻美さん （長野県）
	豆と野菜のつぶつぶ元気マリネ （青大豆、手亡、小豆）	下川文子さん （東京都）
	つぶし豆の胡麻焼き （うずら豆）	増本直子さん （東京都）
審査員特別賞	赤いんげん豆と高野豆腐の麺つゆ南蛮漬け （赤いんげん豆）	飯田和之さん （神奈川県）
	花豆づくしのツインカレー （白花豆、紫花豆）	浅川美由紀さん （東京都）
	オツナ小豆ローフ （小豆）	丸山孝子さん （神奈川県）