



2022 年 4 月 19 日

チーズフェスタ実行委員会

(主催者：チーズ普及協議会／日本輸入チーズ普及協会)

“チーズ×ご当地食材”を使ったレシピコンテスト

「第 11 回 チー1 グランプリ」5 月 2 日より応募受付開始！

チーズ普及協議会（東京・千代田区、西尾啓治会長）と日本輸入チーズ普及協会（東京・千代田区、内田宏己会長）が共催する「チーズフェスタ」では、今年もチーズメニューの普及を目的とするレシピコンテスト「チー1グランプリ」を開催いたします。今年で11年目を迎える当コンテストは、毎年、全国からたくさんの発想力あふれる素晴らしい作品をご応募いただき、昨年は1,472作品のご応募を頂きました。



今年もチーズとご当地食材を使ったレシピを大募集！  
5 月 2 日より応募受付を開始いたします。

グランプリの発表および表彰式は、チーズフェスタ会場「EBiS303」（都内イベントホール）にて 11 月 11 日（金）に開催。プレゼンターを、今年もタレントの峰竜太さんが務めます。料理/チーズに興味関心を持つ皆さまからの、たくさんのご応募をお待ちしております。



■本件に関するお問合せ先

チー 1 グランプリ事務局

(株)エイブルスタディ内 担当：牟田（むた）、堀田（ほった）

電話番号：03-5937-1159 E-mail：cheesefesta@ablemarketing.net

受付時間：平日午前 10 時～17 時まで \*土日祝日、4/29～5/8、8/10～16 を除く

## ◆第11回チー1グランプリ応募要項

### ◇募集内容

チーズとご当地食材を使った料理  
または、チーズを使って郷土料理をアレンジした料理

### ◇応募方法（WEB および郵送）

WEB：チーズフェスタ公式 web サイトの専用応募フォームよりご応募ください

郵送：必要事項を記入した応募用紙と写真を同封のうえ、封書にてご応募ください

詳しい応募方法は、チーズフェスタ公式 WEB サイト (<http://www.cheesefesta.com>)  
をご覧ください

\* お1人様、何件でも応募可能です

\* ただし1回の投稿につき1メニューとさせていただきます

### ◇郵送応募先

〒119-0201 東京都新宿区市谷本村 2-34「第11回チー1グランプリ」係

### ◇募集期間

2022年5月2日(月)～9月15日(木)まで

### ◇応募内容

①お名前（フリガナ）②年齢 ③性別 ④住所 ⑤電話番号 ⑥メールアドレス ⑦掲載時のニック  
ネーム ⑧レシピ名 ⑨レシピのアピールポイント ⑩調理時間 ⑪材料（分量は4人分で明記して  
ください）⑫使用したご当地食材またはベースにした郷土料理及びその都道府県 ⑬作り方  
⑭レシピの写真

### ◇発表

①地域選抜賞発表：11月初旬

地域選抜賞の受賞者様には、チー1グランプリ事務局よりメール・電話にてご連絡いたします

②グランプリ、準グランプリ、特別賞：11月12日（土）

チーズフェスタ会場にて発表いたします

\* グランプリ、準グランプリ、地域選抜賞、特別賞に選ばれた作品は、チーズフェスタ HP 内で発表い  
たします。

※幅広いタイプのチーズの需要促進を目的とした「特別賞」を今年も決定します。

特別賞は地域選抜賞の中からこだわりのあるチーズ※1を使用したメニューを対象とします。

※1 白カビチーズ・青カビチーズ・ウォッシュチーズ・シェーブルチーズなど特色のあるナチュラル  
チーズが対象。なおグランプリ・準グランプリとの同時受賞も可能です。

### ◇賞品

【グランプリ：1作品】盾・JCB ギフトカード5万円分

【準グランプリ：2作品】JCB ギフトカード3万円分

【地域選抜賞：各ブロック2作品、合計12作品】チーズ詰合せ

【特別賞：1作品】JCB ギフトカード1万円分

※グランプリ受賞者の方は、表彰式にご招待いたします。

（グランプリ受賞者ご本人の会場までの交通費、実費ご負担させていただきます）



# 1,472点の中からグランプリ決定!!

応募総数1,472点の中から、地域選抜12作品を選出し、最終審査を  
チーズフェスタ実行委員会にて行いました。  
その結果、グランプリ・準グランプリ、特別賞が決定いたしました。



～丸ごとカマンベールチーズと三原タコの共演～

お出汁をかけて  
2度楽しめる。【ど迫力】の進化系たこ飯

調理時間  
40分

(応募者:広島県 亀本 恵祐さん)

## 材料(4人分)

- ・米:3合 ・カマンベールチーズ:100g(丸ごと1個)
- ・ボイルたこ:100g ・プチトマト:6個 ・大葉:3枚 ・青ネギ:1本
- ・白ごま:適量 ・味付け海苔または、焼き海苔:4枚 ・舞茸:30g

## 【(A調味料)ご飯用の合わせ出汁】

- ・水:540cc ・濃口醤油:45cc ・味醂:50cc
- ・顆粒だし(鰹出汁):5g

## 【(B調味料)かけるようのお出汁】

- ・水:1200cc ・薄口醤油:35cc ・味醂:45cc
- ・顆粒だし(鰹出汁):15g

## 作り方

### 【たこ飯】

- ① 米を研いでざるにあげておく。
- ② ボイルたこを水洗いしぶつ切りにする。
- ③ プチトマトのヘタを取り、湯剥きする。湯剥きした残りのお湯で、ボイルたこを霜降りする。  
※ボイルたこの霜降りは、時間がなければやらなくても大丈夫ですが、やった方が雑味がとれてより美味しく仕上がります。
- ④ ボウルで材料の【(A調味料)ご飯用の合わせ出汁】を合わせる。
- ⑤ 炊飯器に米をいれ、中央にカマンベールチーズをのせ、トマト、タコをのせ、合わせた出汁を炊飯器の3合の目盛りやや上くらいまで注ぎ入れ、ご飯を炊く。

### 【薬味】

- ① 青ネギと大葉を細切りにし、さっと水にくぐらし、ざるにあげる。

### 【かける用のお出汁】

- ① 水1200ccを鍋に入れ火にかけ、舞茸をほぐし入れる。
- ② 舞茸に火が入ったら、残りの【(B調味料)かけるようのお出汁】の材料を全て加え、ひと煮立ちさせて、味を整える。

### 【仕上げ】

- ① ご飯が炊きあがったら、熱いうちにチーズとトマトをほぐし、ご飯とまんべんなく混ぜる。
- ② 大きめのお茶碗によそい、完成。
- ③ 薬味(青ネギ、大葉、海苔、白胡麻)を器に盛る。
- ④ おこげと共にご飯を楽しんだら、2杯目は、お出汁をかけて、お好みで薬味を入れてお茶漬けにしてお召し上がりください。



## 調理のポイント

- ① (A調味料)ご飯用の合わせ調味料は、ボウルで混ぜず、直接炊飯器に入れてしまうと、味がまばらになる原因になりますので、必ずボウルなどに入れて、しっかり混ぜ合わせてから使用してください。
- ② 炊飯器に具材を入れる際は、必ず米の上に具材をのせてください。米と具材を混ぜてしまうと火の通りがまばらになり、焚きムラの原因(ホチご飯)になりますので、必ず米、具材、出汁の順番で入れて炊飯してください。
- ③ 【(B調味料)かけるようのお出汁】の薄口醤油と味醂はだいたいの目安です。顆粒だしの種類や舞茸の種類によって少し変わってくるので、味見の際に調整してください。  
※カマンベールの旨味が強いので、味見の際に、少し薄めに感じるくらいの味付けがおすすめです。

## アピールポイント

三原市の特産物【たこ】を使用した名物【たこ飯】を、クセが少ないながら、程よい香りと濃厚で旨味の強い【カマンベールチーズ】と合わせ、出汁をかけて2度楽しめる【進化系たこ飯】にアレンジしました。



チーズフェス  
**チー1**  
グランプリ  
CHEESE-1GRANDPRIX  
第10回



**クリームチーズごま団子**

(応募者: 北海道 ゆいさん)

調理時間  
**30分**

**材料(4人分)**

・白玉粉:100g ・砂糖:30g ・水:70g ・こしあん:40g  
・クリームチーズ:40g ・いりごま:30g

**作り方**

- ① ボウルに白玉粉、砂糖を入れて混ぜ、水を少しずつ加えて混ぜ、ひとまとまりになるまでよくこねる。
- ② ①でこしあんとクリームチーズを丸く成形し包む。
- ③ 鍋に湯をわかし、②を入れ2～3分ゆでて取り出し、冷水にさらす。
- ④ 水気を取り、全体に白いりごまをまぶし、フライパンで焦げ目がつくまで焼く。



**アピールポイント**

クリームチーズとあんこの相性が非常に良く、一口サイズなので何個でもいけちゃいます!



**チーズ in イカ飯**

(応募者: 青森県 しゅうさん)

調理時間  
**60分**

**材料(4人分)**

・ご飯:260g ・いか:4杯 ・バター:12g ・白ネギ:20cm  
・さけるチーズ:4本 ・スライスチーズ:4枚  
＜調味料＞・しょうゆ:小さじ4 ・酒:小さじ2  
＜タレ＞・しょうゆ:小さじ4 ・みりん:大さじ2

**作り方**

- ① フライパンにバター、ネギ、ご飯、けそ、調味料を入れていためる。(イカはさばいておく)
- ② さけるチーズをスライスチーズでまく。
- ③ イカに①と②をつめる。
- ④ フライパンにもどして、タレを入れて煮詰める。
- ⑤ イカをアルミホイルでつつみ、5～10分おいておく。
- ⑥ 切って盛りつける。



**アピールポイント**

地元のイカを使って、イカ飯にしました。  
中のご飯は、ピラフ風にしました。中にチーズを入れて、断面を映えさせました。



**ごごろ里芋と長ネギの色々チーズフォンデュ**

(応募者: 神奈川県 にこやかさん)

調理時間  
**45分**

**材料(4人分)**

・しょうなんさといも:600g ・平塚土ネギ:200g ・みそ:20g  
・素焼きピーナッツ:20g ・砂糖:5g ・カマンベールチーズ:40g ・青カビチーズ:40g  
・フレッシュブルーチーズ:40g ・生クリーム:80g ・塩、こしょう:適宜

**作り方**

- ① さといもは皮をむき大きさを揃えて、かために塩茹でし、ぬめりを洗い流す。ネギは5cmくらいのぶつ切りにする。
- ② ピーナッツは薄皮を剥いて粗く刻み、味噌、砂糖とまぜる。水気を拭いたさといも、ネギを加えて全体にみそをからめる。
- ③ 耐熱容器に並べる。さといもの隙間にネギを立てるようにする。
- ④ チーズ類は1cm角に切り、生クリームと合わせ、こしょう少々をふって③にかける。
- ⑤ 予熱した180度のオーブンで15分ほど焼き、220度に温度を上げて香ばしい焼き目をつける。



**アピールポイント**

神奈川県産のさといも、ネギ、味噌、ピーナッツを使用します。さといもは下茹でし、ネギと合わせて砕いたピーナッツを混ぜたみそをまぶします。発酵つながりで味噌と相性のいいチーズは、カマンベール、ブルーチーズそしてフレッシュブルーをミックス。生クリームと合わせてオーブンで加熱。とろけたフォンデュソースが、ご飯でもパンでも好相性!