

2016 三島 秋まつり

三島秋まつり「三嶋大社・新嘗祭」の宝船に盛り付けた箱根西麓三島野菜を使い、三島市近隣の飲食店が調理した特製の料理です。

おいしい箱根西麓三島野菜を世界各国の料理にアレンジ！「三島の良さをもっと世界に発信したい」「世界と繋がる三島にしたい」という思いが詰まっています。楽しく、おいしく、より身近に世界を感じて下さい！

場所 三嶋大社宝物館前

日時 11月23日(水・祝)

11時30分～ なくなり次第終了

※宝船奉納野菜を使った多国籍の料理を**無料**で振る舞います。

宝料理

エストレージャ

CAFE&BAR Estrella (スペイン料理)



地図①

色々なワインやフードをリーズナブルかつ楽しく提供いたします。お気軽にどうぞ！

三島市一番町13-32 1F・2F TEL 055-981-9050

営業時間 17:00-3:00 定休日 不定休

カーロ

restaurant Caro (イタリア料理)



地図②

美味しい本格イタリアン料理とワインも楽しめてゆったりとした空間でアットホームな雰囲気を感じさせるお店です。

三島市南本町3-26 共栄ビル1F TEL 055-971-2355

営業時間 11:30-14:00 17:30-21:30 定休日 火曜・第3月曜日

とそく サムゲタン

土俗 参鶏湯専門店 (韓国料理)



地図③

高麗人参、ニンニク、ナツメ、栗などと一緒に2時間以上煮込んで滋養強壮に良い参鶏湯をはじめ、韓国本場の家庭料理を味わえます。

三島市緑町5-23 市川ビル1F TEL 055-976-2006

営業時間 16:30-2:00 定休日 水曜日



ジット

JEET (インド料理)



地図④

本場インドの味が自慢で、日本人の好みにアレンジした料理です。豊富なメニューでリーズナブルにご提供致します。カレーの辛さはお好みで調整できるので、お子様や辛いものが苦手な方も安心して召し上がって頂けます。

三島市寿町4-33 TEL 055-972-1955

営業時間 11:00-15:00 17:00-23:00 定休日 無休

シャンシャンハンテン

香香飯店 (中国料理)



地図⑤

中国路地裏の居酒屋を三島で再現したお店です。新しい中華料理からスタンダードまでお手軽価格で取り揃えています。

三島市一番町12-22 TEL 055-991-5888

営業時間 16:30-翌4:30 (日・連休最終日) 16:30-23:30 定休日 無休

ジャー キッチン

JAH KITCHEN (ジャマイカ料理)



地図⑥

We will fill your hunger. お腹も心もあたたかく満たしてくれる、美味しいお料理をご用意してお待ちしております。

田方郡函南町間宮680 TEL 055-970-1900

営業時間 17:00-23:00 定休日 水曜日

三島商工会議所青年部 中期ビジョン ～世界と三島をつなぐ～

1 エストレージャ CAFE&BAR Estrella (スペイン料理)



- 材料**
- ①三島人参 1/2本 ⑦スペアリブ(小)2本
 - ②三島大根 1/10本 ⑧チョリソー
 - ③三島ブロッコリー1/4ケ ⑨パスタ 20g
 - (④三島馬鈴薯1ケ) ⑩塩・胡椒
 - ⑤キャベツ 1/8ケ ⑪ローリエ 1/2枚
 - ⑥トマト 1/2ケ ⑫果粒 ブイオン10g

スペイン風 アドリード コシード

- [1] スペアリブを鍋に入れ水と、ブイオン、ローリエであくをとりながら30分程下煮をする。
- [2] ①～⑥までの野菜を小口大に切り、上の鍋に入れまたあくを取りながら15分程煮る。
- [3] 小口に切ったトマト・ひと口大に切ったチョリソーを入れさらに10分程煮込み、あらかじめゆでてあったパスタを加え、塩・胡椒で味をととのえ火を止める。
- [4] 皿に盛りつける。

2 カロ restaurant Caro (イタリア料理)



- 材料** ※分量についてはマル秘
- 三島甘藷 卵黄
 - 水あめ 白あん
 - グラニュー糖 生クリーム
 - クリームチーズ
 - バター

スイートポテト

- [1] 三島甘藷をアルミホイルで包み、オーブンで柔らかくなるまで約1時間程蒸し焼きにする。
- [2] 柔らかくなったバター・クリームチーズ・砂糖・水飴をボールにいれて白っぽくなるまですりまぜる。[1]の三島甘藷の皮を剥きカットしたものを入れ崩れるまでホイッパーで混ぜる。
- [3] 白餡と卵黄を入れて混ぜる。アルミカップに絞り入れ、卵黄を塗り180℃のオーブンで20分程焼いたら完成。

3 とそく サムゲタン 土俗 参鶏湯専門店 (韓国料理)



- 材料** ※分量についてはマル秘
- 三島人参 玉ねぎ
 - 三島セルリー 春雨
 - 三島ブロッコリー しょうゆ
 - キャベツ 砂糖
 - キクラゲ ごま油
 - しいたけ

チャプチェ

- [1] 三島人参、しいたけ、玉ねぎ、キャベツ、三島セルリーを千切りにして、三島ブロッコリーを湯通しする。
- [2] フライパンで炒め、塩・胡椒で味をつける。
- [3] その間、春雨を湯通しし、水で洗う。
- [4] フライパンに春雨を入れ、しょうゆ、砂糖で味をつける。
- [5] 最後に野菜を加え、ごま油で仕上げる。

4 ジット JEET (インド料理)



- 材料** ※分量についてはマル秘
- 三島大根 【スパイス】
 - 鶏もも肉 クミンパウダー
 - 玉ねぎ パプリカ
 - ニンニク チリパウダー
 - しょうが コリアンダーパウダー
 - トマト カルダモン
 - サラダ油 ターメリック など

野菜スープカレー

- [1] サラダオイル、玉ねぎ、ニンニク、しょうがをフライパンで炒めます。
- [2] 水、トマトを入れる。
- [3] 鶏もも肉を1口大サイズ、三島大根を千切りし、[1]に入れる。
- [4] スパイスを入れる。クミンパウダー、パプリカ、チリパウダー、コリアンダーパウダー、カルダモン、ターメリックなど、お好みに応じてスパイスを入れたら完成です。

5 シャンシャンハンテン 香香飯店 (中国料理)



- 材料**
- トマトひと口大(三島野菜) 1個 鶏ガラスープ400cc
 - 三島大根短冊切 適量 サラダ油 小さじ2
 - 三島人参短冊切 適量 片栗粉 5g
 - 三島ブロッコリーひと口大 適量 (水溶きにする)
 - 卵 1個 塩 小さじ1
 - キクラゲ 適量 胡椒 少々
 - しょうが(みじん切り) 小さじ1 ゴマ油 少々

トマトと玉子のスープ

- [1] 鍋を熱しサラダ油でしょうがをかるく炒める。
- [2] 再び煮立ったら塩コショウで調味して、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- [3] 溶き卵を箸を伝わせ加え半熟加減で大きくひと混ぜして、ゴマ油を数滴たらして出来上がり。

6 ジャー キッチン JAH KITCHEN (ジャマイカ料理)



- 材料**
- 【生地】
 - 小麦粉 4カップ
 - 塩 小さじ2
 - ベーキングパウダー 小さじ1/2
 - カレー粉 小さじ1(好み)
 - マーガリン 大さじ2
 - サラダ油 1カップ
 - 冷水 200cc程度
 - 卵(艶出し用) 1個
 - 【あん】
 - 三島野菜各種
 - サラダ油 大さじ2
 - 合い挽き肉 1kg
 - 葉ネギ 白い部分2個
 - 玉ねぎ 大1個
 - ニンニク 4カケ
 - チリソース お好み
 - パプリカ 小さじ1

ジャマイカン パティ

- [1] サラダ油を熱し、粗みじん切ったニンニク、葉ネギ、玉ねぎを5分程炒める。
- [2] お好きな三島野菜、パプリカ、オールスパイスを加えて、具材が透き通る程度に炒め混ぜる。
- [3] ひき肉を加え炒め、焼き色がついてきたらドライタイム、塩、ブラックペッパーを加え、ひき肉がふるくらの水を入れ、沸騰したら中火で30分ほど加熱し、水分が飛んだら味見をして塩コショウで味を整え、耐熱ボールなどに移して粗熱をとる。
- [4] 粗熱をとっている間に生地を作る。大きめのボールに小麦粉、ベーキングパウダー、カレーパウダーすべて入れ良く混ぜる。
- [5] 常温のマーガリンとサラダ油を入れ、菜箸などでパンくずのようにするまで全体を良く混ぜる。
- [6] 冷水を数回に分け、少しずつ生地がまとまるまでこねる
- [7] 手にすこしベタつきが残る程度生地がまとまったら、ボール状にまとめ、ラップをかけて10分程度寝かせる。
- [8] お好みの食べやすい大きさに、耳たぶくらいの厚さまで生地を丸く伸ばす。
- [9] 生地の中央にあんをのせ半分折り、生地が重なった部分をフォークで1cmくらいの幅で軽く押し閉じ、オープンシートなどを引いた耐熱皿にのせる。
- [10] 卵を良く混ぜ、ハケで全体に塗る。
- [11] あらかじめ200℃に予熱したオーブンに入れ、25分～35分、表面がこんがりときつこ色になったら出来上がり。

【主催】三島商工会議所青年部 三島市一番町 2-29
 TEL 055-975-4441 FAX 055-972-2010
 E-mail info@mishima-cci.or.jp

新規会員募集中!!
 青年部では、一緒に活動して頂ける
 会員様を募集しております。
 ★詳しくはこちら…三島商工会議所青年部事務局
 TEL 055-975-4441