

東郷 岸山ゼミ

学年 2

【レシピタイトル】

だしじゅわ! えび茶ハンバーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

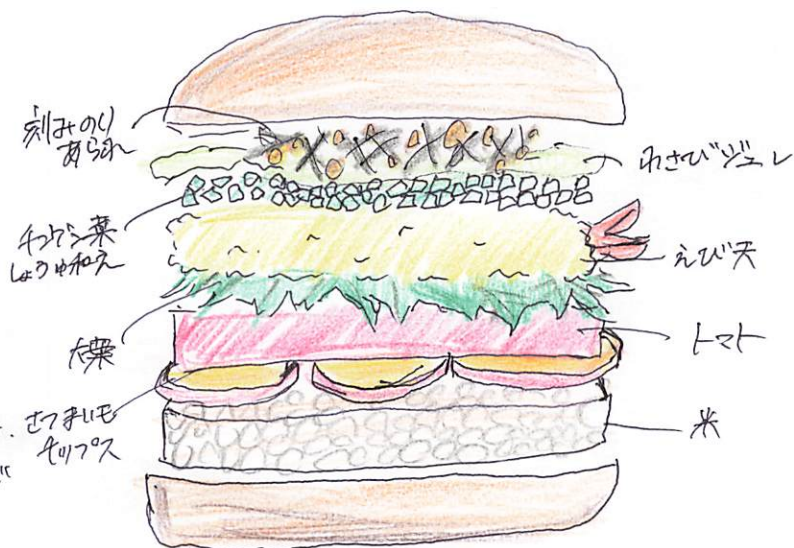
- お米をほうじ茶で炊く
- パンズの昆布だしとあさひ汁のかけお出汁でだしを感じさせる。

【レシピ】

・ 使用食材

旭川産米	キノコ菜	かつおだし
ほうじ茶	さつまいも	しょうゆ
えび	トマト	みりん
小麦粉	大葉	あさひ
卵	刻み海苔	せうあん
油	あらね	

完成図 (イラスト)



・ 調理工程

- ほうじ茶で炊いた米を丸く成形し、醤油を垂らして焼きかき焼きにする。
- えびは薄衣をつけて揚げる、えび天にする。
- キノコ菜はサッとゆで刻み、醤油、お出汁で軽く和える。
- さつまいもは薄切りにして焼く。
- かつおだし、醤油、みりん、あさひ、せうあんを合せて冷めし、あさひお出汁を作る。

【レシピタイトル】

旭川産の食材を使った

イタリアンフィッシュバーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

ブリは道東・道南でよくとれるが、おすすめ・こだわりポイント
 北海道では食文化が古くしてブリの消費量がかなり低い。なので、道産のブリをどうやって食べて
 (食べる) 消費材料への節減が課題なので、ブリを使用。山わさびを使って、ブリの臭さを
 飛ばし、トマトなど使う食材を出来る限り旭川産の物を使って、旭川産の物を出し
 にしたい。自家製のトマトソースととろけるモッツァレラチーズを使用した。モッツァレラの上に
 バジルをカリカリにする事で、バジルが香るはず。
 等しい。

【レシピ】

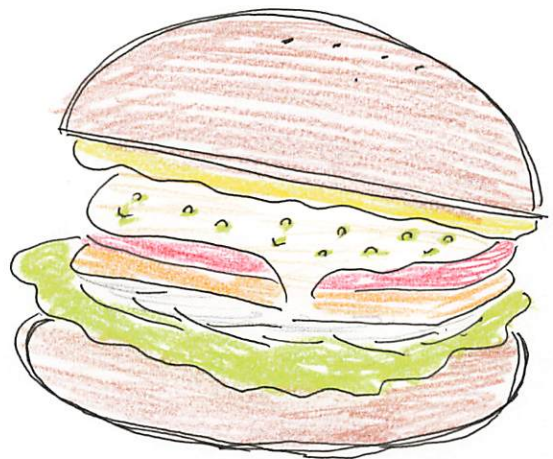
・使用食材

- ・ トマト
- ・ フリ
- ・ 玉ねぎ
- ・ にんにく
- ・ リーフレタス
- ・ バジル
- ・ モッツァレラチーズ
- ・ 山わさび

・調理工程

- ① マヨネーズに山わさびを加える(作り置きに混ぜる)
- ② 玉ねぎを炒める。
- ③ にんにくをみじん切りにする。玉ねぎ(炒めた)を加える。
- ④ ③をオリーブのオイルで炒めて香りを立たせ、トマトを加えて煮つける。
- ⑤ フリに塩コショウで下味をつけて小麦粉、卵、パン粉をかける。
- ⑥ 油でサクサクになる揚げ焼き。
- ⑦ 下からリーフレタス(炒り)、バジル(みじん切)、山わさびマヨネーズを使用。

完成図 (イラスト)



【レシピタイトル】

ハニークリルナスバーガー

使用パンズ： 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁（昆布だし）

おすすめ・こだわりポイント

旭川市は道内第1位のナスの生産地なのでナスを使用したバーガーを考えました。

ジャパチーズ アサヒカワなどもあるのでチーズもいろいろと思い使用

旭川の食材を使ったバーガーです。

【レシピ】

・使用食材

はちみつ
生ハム
ナス
チーズ（モッツアレラ）
マスタード

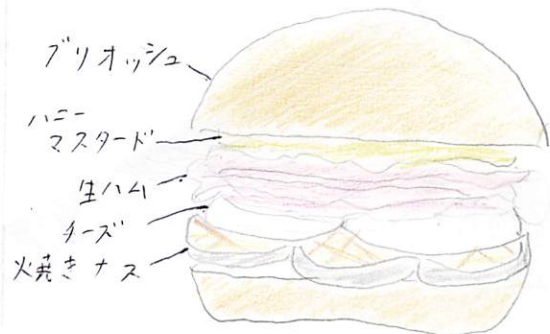
・調理工程

はちみつとマスタードを合わせて
ハニーマスタードを作る

↓
ナスを切って火炙く、軽く塩コショウ
（しっかりめに火炙く）

↓
挟む

完成図（イラスト）



【レシピタイトル】

下(球) 伸 シェア 栞んじゅいしました。

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

昨年の食べマルシェで下(球)シェアのトクを目の当たりし、想いのシェア=下(球)シェアを思い、シェアをモチーフにして考えました。

想いといえば、しょうやラーメンなので、シェアの髪の色をラーメンにしました。

【レシピ】

・使用食材

- ・ウインター) □のパン
- ・スライダック) ○黒オリーブ(まゆ毛)
- ・ラーメンの麺(しょうや味) 髪の毛

・トマト (はち)

・チーズ (白)

・レタ

・トマトソース

・調理工程

・ウインター(=スライダック)を焼く。茹でる。トマトソースの味付け。

・ラーメンの麺を茹でる。しょうや味に味付けする。

・黒オリーブ、チーズ、トマトは、車輪をのりにつく。

・レタ→ウインター→スライダック→トマト→チーズ→

黒オリーブ→パン→ラーメンの麺を重ねていく。

完成図 (イラスト)



【レシピタイトル】

大雪山から雪を二めて〜雪のホワイトソースを添えて〜

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

世間の雪山をイメージし、ホワイトソースと粉チーズで雪が積もった大雪山を表現した。
またレモン風味を加えることで、雪山の冷たくさゆかかな空気感をイメージし、真夏でもさっぱり食べられるようにした。

【レシピ】

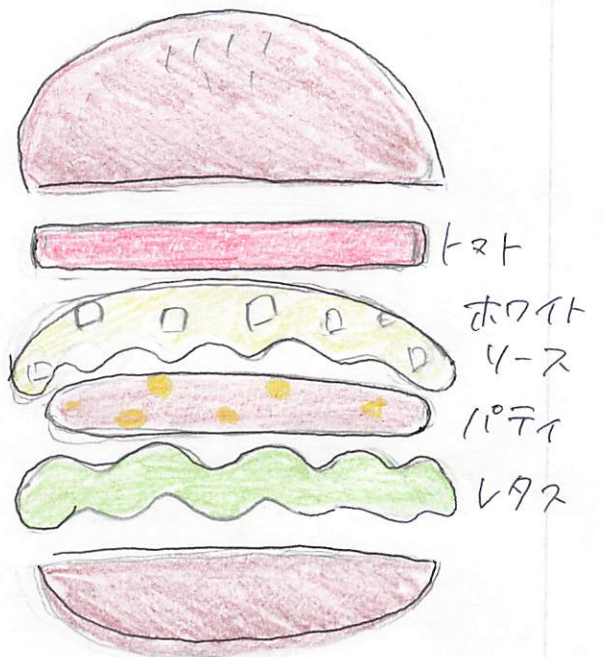
・使用食材

- | | |
|-------|-----------|
| 1 パンズ | 1 ホワイトソース |
| 1 トマト | (バター、小麦粉 |
| 1 レタス | 牛乳、コンニャク) |
| 1 コーン | チーズ) |
| 1 五ネギ | ・粉チーズ |
| 1 肉 | |

・調理工程

- 1 肉にコーンを狭めて焼く
- 1 ホワイトソースにチーズと五ネギをいれる。
- 1 パンズに粉チーズをかける

完成図 (イラスト)



東郷 岸山ゼミ 学年 1

【レシピタイトル】

とろりんご牛バーガー ~ Sweet & salt の誘惑 ~

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ ブリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

旭川の食材を使った究極の甘じょっぱいハンバーガー。りんごは加熱しても煮くずれしにくい「なめかみ」を使用。パティのお肉は「高砂牛」を使用。チーズやベーコンも旭川産のものを使用。ほろ苦さがある甘い煮りんごと肉汁、とろけるチーズが合わさることによって口の中で新しい味が完成する。パンズは軽くトーストしてサクッと仕上げる。

【レシピ】

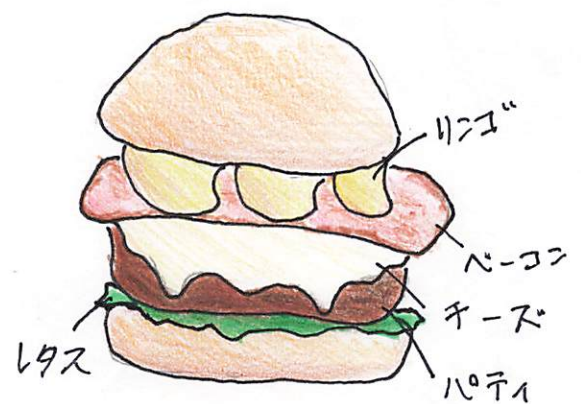
・使用食材

- ・パンズ
- ・牛挽き肉
- ・ベーコン
- ・りんご
- ・チーズ
- ・バター
- ・砂糖
- ・塩コショウ

・調理工程

1. りんごの皮をむいて、くし形に切る
2. バターと砂糖でりんごをキャラメル化する
3. 挽き肉は少しこねて、丸く成形し、塩・コショウを振る
4. ベーコンをカリッと焼く
5. 挽き肉を焼いて余熱でチーズを溶かす
6. パンズの断面を軽くトーストして、組み立てる

完成図 (イラスト)





【レシピタイトル】

旭川 モリモリ?! 海鮮肉野菜バーガー!!

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

パンズの昆布だしと、魚・ホタテの風味が絶妙にマッチする一品。

さらに、旭川産のタマネギ・トマト・レタスの爽やかな味わいと、シソトウのほろっとした辛エビのアクセントになる。旭川で有名なホッケフライを是非使っている。

旭川市のブランド牛である旭高砂牛をパティに使用。あじが壊れるほどの盛り盛りに盛ったボリューム!!

【レシピ】

・使用食材

- ・ゴマ
- ・ホッケ
- ・レタス (旭川産)
- ・タマネギ (旭川産)
- ・シソトウ (旭川産)
- ・トマト (旭川産)
- ・ホタテ
- ・チーズ (旭川産)
- ・旭高砂牛 (パティ)

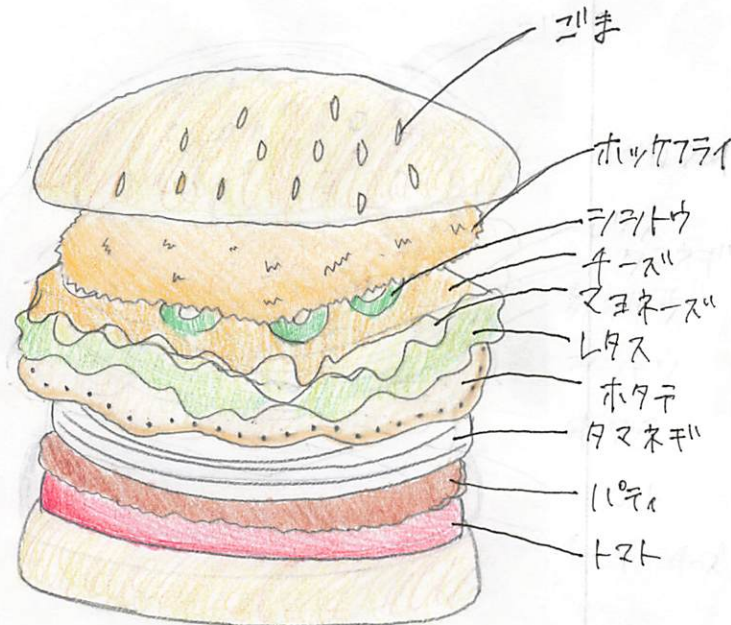
調味料

- ・バター
- ・しょうゆ
- ・マヨネーズ

・調理工程

- ホッケフライ → 塩で味つけたホッケを油で揚げる。
- タマネギ → 輪切りにしたタマネギをバター・しょうゆでいためる。
- シソトウ → 輪切りにして油でサッといためる。
- ホタテ → バターとしょうゆでいためる。
- パティ → 平べったく焼く
- チーズ → 溶かす。

完成図 (イラスト)



トマト → パティ → タマネギ → ホタテ → レタス → マヨネーズ → チーズ → シソトウ → ホッケフライ

※この用紙はデータ化します。ペン書きでみやすく記載してください

の順に組み立てて完成。

【レシピタイトル】

ガッツリ!! あさり!! 生麦焼きバーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

豚肉を下ゆですることでせあらかく、すっきりとした味わいになる。

生麦焼きと米粉 が合わないわけない。(確信)

9月はまだ暑さが軽くなるので疲労回復に オススメ

【レシピ】

・使用食材

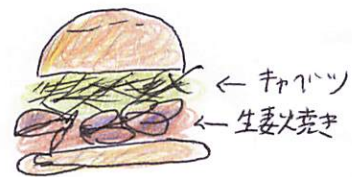
豚肉 (豚バラ)	50g	サラダ油	小さじ1
玉ねぎ	1玉	塩コショウ	適量
キャベツ	30g		
生麦	10g		
料理酒	大さじ1		
醤油	大さじ1		
砂糖	小さじ1		

水 600cc
量は試作で調整

・調理工程

- 下準備
- キャベツを千切りにして水にさらす → 使う前に水切り
 - 玉ねぎを薄切りにする
 - 豚肉を5cmに切る
 - 生麦を千切りにすりおろしに分ける
1. 沸騰したお湯に醤油・酒を入れ、弱火にする ザルにあげる
 2. 1に豚肉を入れ、余分な脂を落とす → 色が変わるまで湯掻く
 3. フライパンに火(中火)をかけ、サラダ油、千切りにした生麦を入れ、香りを立たせる
 4. 玉ねぎを軽く色がつくくらい火炒める
 5. 豚肉を入れ、水分を飛ばす → 砂糖をお酒で絡める 一片ずつはわり
 6. 5に酒、醤油、すりおろした生麦を入れ、塩コショウで味を整える
 7. 盛りつけ

完成図 (イラスト)



キャベツが上の方が
新鮮味おどろきの味を
そのまま 邪魔されない

東郷・岸山ゼミ 学年 |

【レシピタイトル】

玉ねぎを沢山使った味噌カリ風ハンバーガー

使用バンズ： 米粉のバンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁（昆布だし）

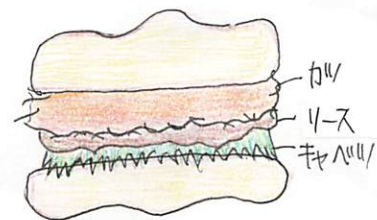
おすすめ・こだわりポイント

食感を楽しんでもらうためカリの衣をパン粉ではなく細く切ったまよぎの皮を使用すること
豚肉は、味噌、玉ねぎ、酒で漬けることでしっとりやわらかくなる
玉ねぎの出荷時期と食べマルシェの時期が重なっていたため玉ねぎを沢山使いたいと思い
このレシピを考案しました。また豚肉を漬ける際にJA東旭川農販売課の兵村味噌を
使いたいと考えています

【レシピ】

- ・使用食材
- A {
- 豚こま切り肉(片栗粉)
 - 玉ねぎ(みじん切り)
 - 味噌
 - 酒
 - まよぎの皮
- 醤油
 - みりん
 - 酒
 - 酢
 - 玉ねぎ
 - キャベツ(千切り)
- ・調理工程
- 1 Aを合わせ半日〜1日漬ける
 - 2 Aに片栗粉を混ぜ適当な大きさにまとめる
細く切ったまよぎの皮をまわりにまとわせる
 - 3 あげる

完成図（イラスト）



【レシピタイトル】

旭川野菜のコロッケバーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

・食感を良くするためにとうきびを入れる。・旭川の野菜を使用する。
旭川で育てられた野菜のおいさを多くの人に知ってもらいたいと思い、このコロッケバーガーを考えました。また、とうきびの甘みや食感を活かした誰でも食べやすいコロッケにしました。私は野菜が好きで、野菜を多く使用したいと考えました。そのため、野菜を中心としたバーガーにしました。じゃがいものほくほくとした食感、玉ねぎやとうきびの甘み、レタスのツヤキツヤとした食感を感じてもらうなら嬉しいです。

【レシピ】

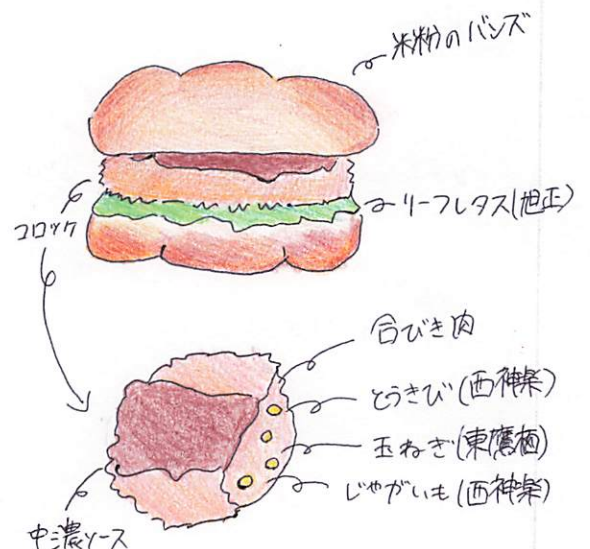
・使用食材

- | | | |
|--------|-------|---------|
| ・合びき肉 | ・油 | ・リーフレタス |
| ・じゃがいも | ・小麦粉 | ・中濃ソース |
| ・玉ねぎ | ・卵 | |
| ・とうきび | ・パン粉 | |
| | ・塩 | |
| | ・こしょう | |

・調理工程

1. じゃがいもを茹でて、潰す
2. 玉ねぎととうきびを炒める
3. 合びき肉を炒める
4. 潰したじゃがいもを入れ、塩、こしょうで味付けする
5. 11判型にまとめ、小麦粉、卵、パン粉を順につける
6. 揚げる

完成図 (イラスト)



【レシピタイトル】

カンニョム旭山ホークの~~辛~~旭山辛バーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

- 甘辛いたれにチーズをのせ、背徳感を出した。
- レタスを下にすることで、たれがパンズにしみず食べやすくなった。
- 豚バラを一口大に切り、小麦粉をまがいて火炙りすることで、食べやすくし脂身を崩れにくくした。
- 女市妹者「市が韓国あること」を参考して、韓国米料理に合いそうな旭山ホークを使った。
- 旭山ホークは脂身が甘く、甘辛い味付けと相性がいい！！

【レシピ】

・使用食材

豚バラ肉 100g
レタス 2枚
チーズ 1枚
コチュジャン 小さじ2
しょうゆ 小さじ2
石臼米唐 小さじ1
にんにく 少々
ごま油 小さじ1/2

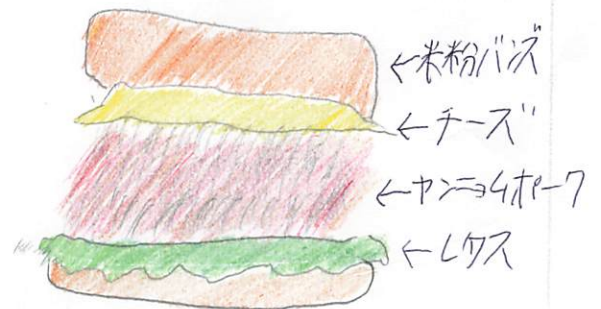
・調理工程

① 容器にコチュジャン、しょうゆ、石臼米唐、にんにく、ごま油を混ぜてたれをつくる。

② 一口大に切り、小麦粉をまがいた豚肉をいため、火が通ったが弱火にしたたれをいれ、絡まるまでいため。

③ パンズにレタスをしき、肉をのせて上にチーズをのせて完成。

完成図 (イラスト)



【レシピタイトル】

和風香る角煮米粉バーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

「好きな食べ物は？」と聞かれたら豚の角煮と答えるくらい豚肉が大好きです。その好きな角煮に合うよう、ご飯好きな自分らしく米粉パンを使ったバーガーにしました。旭川産の豚肉と東たかす産の玉ねぎを使用し、粒マスタードの風味とほうれん草の彩りで、味のバランスにもこだわりました。

【レシピ】

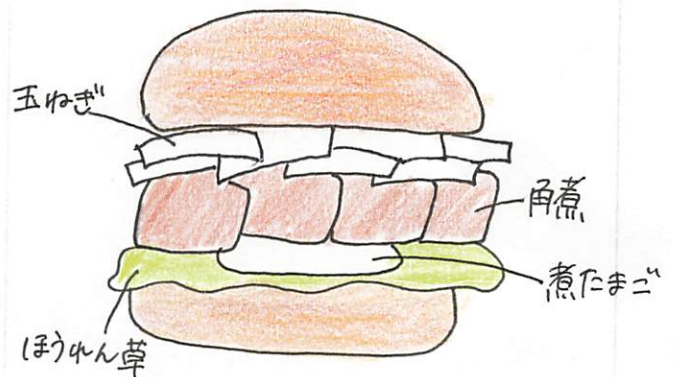
・使用食材

- ・豚肉
- ・玉ねぎ
- ・ほうれん草
- ・粒マスタード
- ・しょうゆ
- ・砂糖
- ・卵

・調理工程

- ・大きめに切った豚肉を焼き色がつくまで焼く。
- ・鍋に豚肉、水、生姜、ねぎを入れて弱火で30分ゆでる。
- ・ゆで汁を軽く捨て、水、しょうゆ、みりん、砂糖、料理酒を入れる。
- ・落とし切った玉ねぎを弱火で40~60分煮込む。
- ・ゆでたほうれん草、焼いた玉ねぎ、角煮、マスタードをはさんで完成！

完成図 (イラスト)



※この用紙はデータ化します。ペン書きでみやすく記載してください

【レシピタイトル】

男の酒粕マウンテン味噌漬けチキンバーガー

使用パンズ： 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁（昆布だし）

おすすめ・こだわりポイント
お出汁のパンズと旭川の地酒、男山の酒粕、兵村味噌のキャベツで旭川らしさ、北海道らしさを名前からも食材からも感じるこたかてきるバーガー

【レシピ】

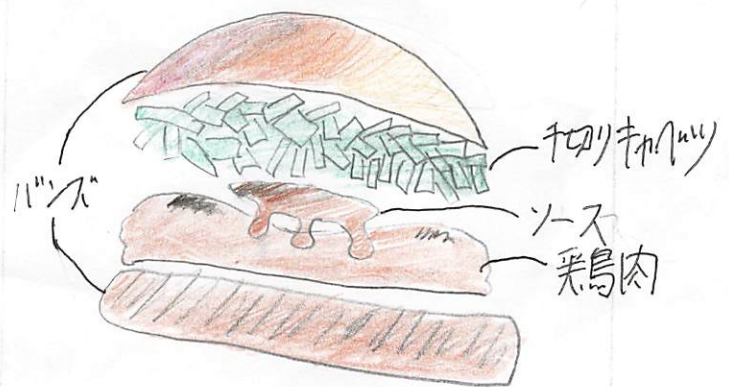
・使用食材

お出汁のパンズ	みりん
鶏のもも肉	酒
兵村味噌	砂糖
男山酒造の酒粕	しょうゆ
キャベツ	
しょうが	
にんにく	

・調理工程

- ①味噌、酒粕、しょうが、にんにく、みりん、酒、砂糖、しょうゆを混ぜた漬け汁に鶏肉を漬けこむ
- ②鉄板で少しこげ目がつくまで焼く。
- ③漬け汁を煮詰めてソースにする
- ④千切りのキャベツと一緒にはさんで完成

完成図（イラスト）



【レシピタイトル】

焼きとろもろこし沼ハンバーガー

使用パンズ：米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁（昆布だし）

おすすめ・こだわりポイント

旭川産のとろもろこしを、香ばしく焼き甘みを引き出す
米粉パンズのもちもち食感と、味噌バターソースのコクが相性抜群
北海道らしく、旭川の魅力を感ずるハンバーガー
何度でも食べたくなる「沼」ハンバーガー

【レシピ】

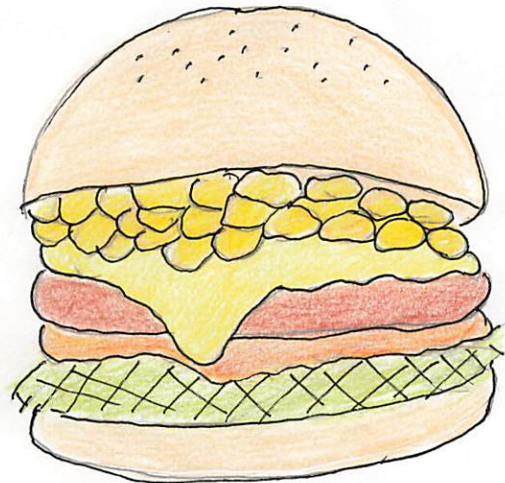
・使用食材

- ハンバーグパティ(牛豚肉)
- とろもろこし
- キャベツ
- チーズ
- 味噌
- バター

・調理工程

- とろもろこしを焼き、バターで味付けする
- ハンバーグパティを焼き、チーズをのせて溶かす
- 味噌とバターを合わせてとろかす
- パンズにキャベツ、パティ、とろもろこしをはさみソースをかけて完成

完成図（イラスト）



【レシピタイトル】

最後のひとくちまで食べ尽くせ! 背徳のあさひが 和バーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁(昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

豚の旨味たっぷりのジューシーなパテに、旭川のしょうゆ、味噌を使ったコク旨ダレをたっぷり。旭川・道北産の野菜とチーズを重ね、最後は袋に残った肉汁とダレを「ひとくちご飯」で食べ尽くす、背徳感たっぷりの和バーガーです。

【レシピ】

・使用食材

〈ポークパテ〉 豚・牛合挽き肉 豚挽き肉(粗)
豚:牛=7:3くらい

〈コク旨しょうが焼き風ダレ〉
しょうゆ、みりん、酒、砂糖、味噌、しょうが、すりおろし玉ねぎ? りんご?

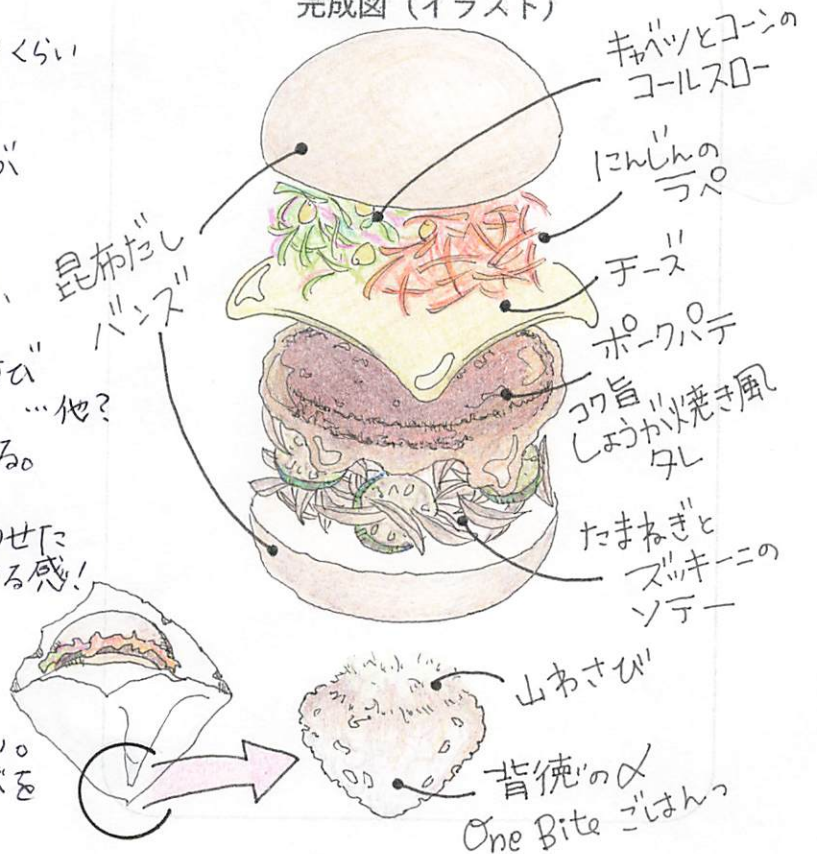
〈チーズ〉 チェダー系のスライスチーズ
〈旭川・道北産の野菜(ろ)〉 キャベツ(緑・紫)、
コーン、にんじん、玉ねぎ、ズッキーニ

〈隠れに主役〉 旭川産ななつぼし、山わさび

・調理工程

- ・キャベツとコーンのコールスロー(マヨベース)を作る。
- ・にんじんのラペを作る。
- ・パテは合挽きと炒め玉ねぎをよく練り合わせてトコに粗挽きの豚を混ぜ込んで肉喰ってる感!を出したい。
- ・玉ねぎとズッキーニをソテーする。
- ・図のように重ねて狭む。
パテにはダレをたっぷりのしてはり落ちるくらい。
- ・袋の角にひとくちかのご飯と山わさびをセットして、バーガーをIN!

完成図(イラスト)



※この用紙はデータ化します。ペン書きでみやすく記載してください

【レシピタイトル】

盛り荒れ注意報?! ラーメンバーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

好物でもある旭川の名物の1つ、ラーメンをバーガーで再現。見た目と味を近づけるため、定番の具を入れた。そして食感の楽しさを加えるため、ナルトと揚げたラーメンをはさんだ。ラーメンのしょうゆ味はしょうゆ甘ダレで再現し、粘度が高いためしっかりと食材に絡みついてくれる。またお出汁のパンズを使用することで味の濃い具を支える役割と、ラーメンの汁を再現することを担う。

【レシピ】

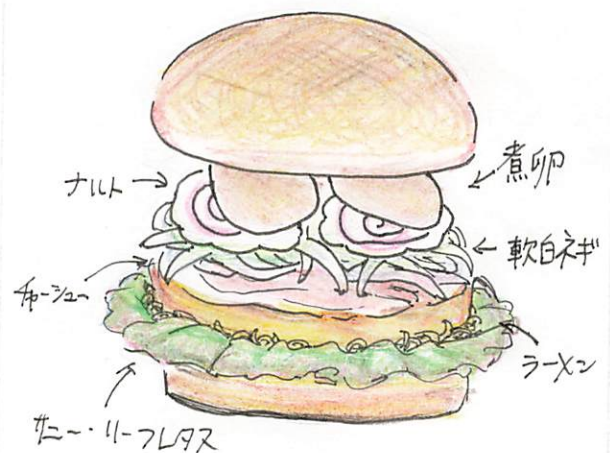
・使用食材

パンズ(お出汁)	みりん
チャーシュー	酒
煮卵	しょうゆ
ネギ(軟白)	
ナルト	
サニー・リーフレタス	
ラーメン	

・調理工程

1. チャーシューと煮卵を用意する。チャーシューは2cm 卵は半分に切る。
2. 軟白ネギを細切りし、ナルトは2mmスライス。サニー・リーフレタスは適当な大きさにちぎりラーメンを揚げる。
3. みりん、酒、しょうゆを鍋で煮立たせてしょうゆ甘ダレをつくる。
4. レタス、ラーメン、チャーシュー、ネギ、ナルト、卵の順で重ねて甘ダレをかけてパンズではさむ。(あふれないように気を付ける)

完成図 (イラスト)



※この用紙はデータ化します。ペン書きでみやすく記載してください

【レシピタイトル】

旭川ビーフステーキ

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

- ・旭川産のビーフステーキを使用し、ほくほくとした食感と自然な甘味を楽しむ。
- ・コロケの中に入れてめんまを入れることでモチモチ食感を加えている。
- ・コロケの衣を揚げたラーメンにし、旭川ラーメンらしい香ばしさと食感を表現。
- ・パンズに塗るソースは、旭川ラーメンをイメージしたビーフステーキソースにする事でラーメンの香ばしさを再現。
- ・旭川ラーメンと旭川で育ったビーフステーキを使用したコロケを組み合わせることで、旭川らしさを一つにまとめたハンバーガーにした。

【レシピ】

・使用食材

- | | |
|----------|-----------|
| ・米粉のパンズ | ビーフステーキ |
| ・ビーフステーキ | ・ビーフ |
| ・めんま | ・ソース |
| ・薄力粉 | ・にんにくチューブ |
| ・卵 | ・鶏がらスープの素 |
| ・ラーメン | ・ごま油 |
| ・レタス | ・フライドビーフ |

・調理工程

～コロケ～

ビーフステーキを茹で、ついでにめんまを軽く刻む。
ビーフステーキとめんまを混ぜたものを作る。
ラーメンを砕き、揚げる。
薄力粉・卵・ラーメンを混ぜて揚げる。

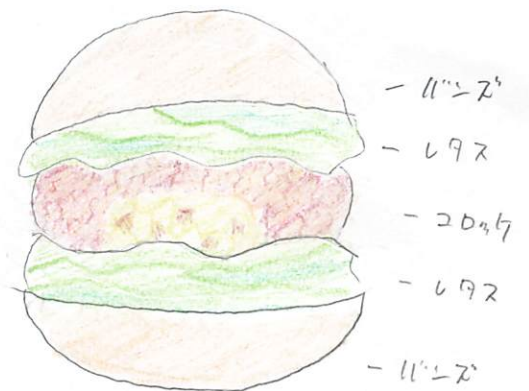
～ソース～

フライドビーフでビーフを溶かす。
にんにくを入れて香りを出す。
ソース、鶏がら、ごま油をいれ煮つける。
フライドビーフをいれる。

パンズにソースをぬる。

パンズ、レタス、コロケ、ソース、パンズの順ではさむ。

完成図 (イラスト)



東郷・岸山ゼミ

学年 / _____

【レシピタイトル】

北流クワトロチーズバーガー

使用パンズ： 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁（昆布だし）

おすすめ・こだわりポイント

クワトロフォルマッジエイクーゼ、一般的にハンバーガーに「甘じょっぱさ」という新しい風味をプラスしたチーズバーガーです。4種のチーズの濃厚なコウとほろみつの甘味を合わせ、ベビーリーフの苦味、トマトの酸味、玉ねぎの甘味が最後まで飽きずに食べられるように仕上げました。パンには牛粗挽き肉を使用し、濃厚なチーズに負けない肉感を出しています。神楽クワトロフォルマッジを食べたときのチーズとほろみつの驚きと感動をハンバーガーで表現しました。旭川市の清流や川霧をイメージして、北海道らしい冷涼感をクワトロチーズで表現しました。

【レシピ】

・使用食材

・チーズ（ナチュラルチーズ、ブルーチーズ、カマンベールチーズ、モzzarellaチーズ）

・ベビーリーフ

・ほろみつ

・牛肉（パティ）

・玉ねぎ

・トマト

・調理工程

① 牛粗挽き肉を成形して、片面3分裏面2分焼く

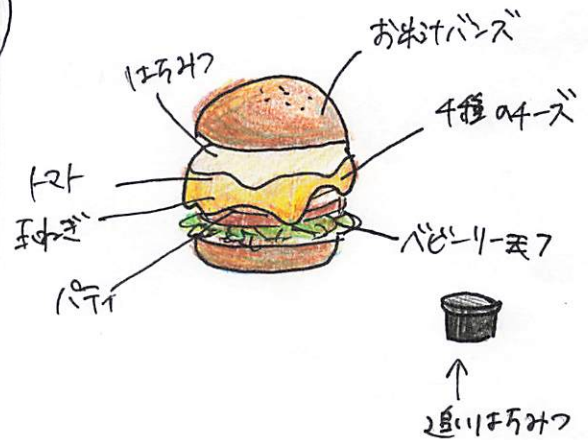
② パンズにモzzarellaチーズをかいて焼く

③ パンズ(下) → ベビーリーフ → パティ → スライス玉ねぎ

→ うすくスライスしたトマト → チーズ(4種類)

→ ほろみつ → パンズ(上) バーナーがめがき

完成図（イラスト）



4種

クワトロフィル

塩角と甘味 → ジクと旨味

チーズ (1/2パック)

フィルゴシヤラ (フィルチーズ)

カマンベール

モッパレラ

クワトロチーズ

タレツジョ

パルミジャーノ、レッジャーノ

トルティーズ、フィルチーズ、カマンベールチーズ、モッパレラチーズ

クワトロ - 農産

フィルチーズ

カマンベール

(フィルチーズ)

スノウ - フィルチーズ

クワトロチーズ

カマンベールチーズ

(モッパレラチーズ)

ストリングスチーズ

東郷・岸山ゼミ

学年 1

【レシピタイトル】

親子?新子火焼き風 炙り鶏バーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント
旭川のソウルフードである親子火焼きをバーガーにしている
山あさびマヨも入れるとより酒によく合うようになる
新子火焼きで使用する鶏肉と卵を親子で掛けてみました

【レシピ】

・使用食材

- ・炙り鶏もも肉 (次点で胸肉)
- ・プリオッシュュ
- ・長ねぎ
- ・大葉
- ・火焼き海苔

- [タレ]
- ・しょうゆ
 - ・みりん
 - ・酒
 - ・砂糖
 - ・おろしにんにく
 - ・バター

- (マヨネーズ)
山あさび
- ・塩・こしょう
 - ・酒
 - ・しょうゆ
 - ・おろしにんにく

+卵

・調理工程

肉 → 両面に軽く塩・こしょうをかけて
酒、しょうゆ、にんにくを揉み込む (15~30分)
[タレ] を軽く煮詰める
長ねぎ → 火焼き目を付ける
↓
タレ火焼きにする
→ 皮をバリッと
おろしにんにく
↓
タレ火焼きにする

完成図 (イラスト)



【レシピタイトル】

旭高砂牛100%パティ使用グルテンフリーバーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

グルテンフリーのバーガーです

旭高砂牛100%パティ
旭高砂牛100%のブランド牛旭高砂牛100%のパティ
で旭高砂牛100%のアピール

食べマルシェで、グル
テンフリーのものがあつたとい
いなと思ったのでつくま
した。

【レシピ】

・使用食材

牛肉 あらびき (旭高砂牛)

米粉パン 焼き

~~キャベツ~~ ~~レタス~~ ~~チーズ~~ (溶かすパチスアサヒカワ)

玉ねぎ

りんご (つかう)

・調理工程

①牛肉を球にして 鉄板で おしてやく

②玉ねぎとりんごをつかってソースをつくる

③パンを焼いてバターをぬり具材をのせる

完成図 (イラスト)



【レシピタイトル】

ちゃんちゃん焼きもバーガー

使用パンズ： 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁(昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

朱のバーガー。タイトルが石狩汁バーガーと迷った。意外性があると思う。ちゃんちゃん焼きもみたく みそタレをあふらすかこだわり。みそを具材と混ぜるとしるが多すぎて、バーガーがくずれやすかった。みそを別にしたバターをクローマリー農産産にすることで大目にし、みそを旭川産の原材料を使った有名なゆきゆみそを使いちゃんちゃん焼きをつくることで さらに大目にし、北海道産みそ追加。

【レシピ】

・使用食材

みそ、みりん、バター、魚、キャベツ、玉ねぎ

・調理工程

- ①バターを溶かした鉄板で魚、キャベツ、玉ねぎを焼く
- ②みそタレをパンにぬってあぶる。片方にバターをぬる 具材をのせ、タレをかける。

完成図 (イラスト)



【レシピタイトル】

ハンバーガー 食欠みませんか？

使用パンズ： 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁（昆布だし）

おすすめ・こだわりポイント

かまなくていいくらい食感をできるだけけすため、アルミホイルで1度つつむことで食材の水分をパンがすて柔らかくする。旭川の有名なチーズであるジパチーズアサヒカワのチーズを使い、さらに旭川産の玉ねぎ、旭川のキャベツを使ったザワークラウトをつくり、使うことで旭川らしさをアピールしている。旭川のジュンドックを元にした。米でつつみ、あたたかいところで休ませることで具材と米が一体感をもつようにしている点を参考にした。

【レシピ】

・使用食材

プリオッシュ（ヤかない） チェダーチーズ
ジパチーズ
アサヒカワ

玉ねぎ

牛6：月永4のひき肉

~~ポテト~~ ~~キャベツ~~ ~~農薬~~

キャベツ（ザワークラウト）

卵 塩コショウ ナツメグ 牛乳にみたばいパン粉

牛脂 薄力粉 バーベキューソース

・調理工程

- ① ひき肉を冷やしながらかね、卵、ナツメグ、薄力粉、牛脂を入れこねる。
- ② 空気を抜いて成型し、30分冷蔵庫に入れる
- ③ 薄力粉をまぶして火焼き目がついたら蒸し火焼き
- ④ パンにソースぬる ⑤ 肉にチーズものをせる
- ⑥ パンに1肉、きつね色のたまねぎ、ザワークラウトものを、アルミホイルでつつみあたたかいオーブンの内にいれ、具材の水分をパンにすめせる

完成図（イラスト）



【レシピタイトル】

和の恵み・スープカレー風つくねバーガー

使用パンズ： 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁（昆布だし）

おすすめ・こだわりポイント

旭川産の新鮮なキノコをたっぷり使用し、地産地消を意識した。軟骨入りのジューシーなつくねで、食べ応えのある食感を出している。昆布だしの旨味と北海道名物スープカレーのスパイスが、お出汁パンズと最高にマッチすると考えられる。

【レシピ】

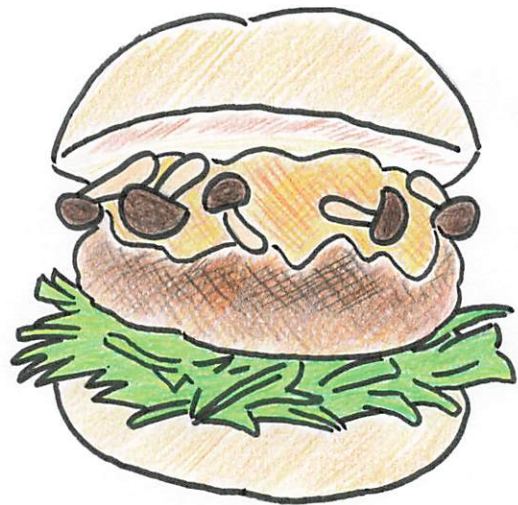
・使用食材（1人分）

- | | |
|---------------|--------------------|
| つくねパティ | ・トッピング |
| ◦鶏ひき肉：80g | ◦旭川産キノコ（舞茸・椎茸）：30g |
| ◦鶏軟骨：15g | ◦水菜：10g |
| ◦おろし生姜：小さじ1/2 | ◦スープカレー和風あん |
| ◦塩・コショウ：少々 | ◦昆布だし：50ml |
| ◦サラダ油：適量 | ◦しょうゆ：小さじ1 |
| | ◦みりん：小さじ1 |
| | ◦スープカレー粉：小さじ1 |
| | ◦水溶き片栗粉：適量 |

・調理工程

- ① 具材を焼く
鶏ひき肉に軟骨・生姜・塩・コショウを混ぜて丸く成形し、フライパンで焼く。同じフライパンで旭川産キノコもソテーする。
- ② スープカレー和風あんを作る
フライパンの肉汁に、昆布だし・しょうゆ・みりん・カレー粉を加え、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ③ 組み立てる
トーストしたお出汁パンズにマヨネーズを塗り、下から【水菜→つくね→キノコ→和風あん】の順に重ねて挟む。

完成図（イラスト）



※この用紙はデータ化します。ペン書きでみやすく記載してください

【レシピタイトル】

旭川ラーメンバーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

チャーシューを10タイプ、スープをグレートソース、トッピングをマニマとねぎにした。9月が旬のとうもろこしを加えることで、甘みと彩りをプラスした。旭川ラーメンを丸ごとバーガーに。

【レシピ】

・使用食材

自家製チャーシュー
旭川しょうゆ・みりん・酒・砂糖・(めんこ・しょうが)
グレートソース
とうもろこし
マニマ・白髪ねぎ
バター

・調理工程

- ① 自家製チャーシューを旭川しょうゆ・みりん・酒・砂糖・(めんこ・しょうが)で1時間蒸込み、チャーシューを作る。
 - ② 2cm厚にスライスし、10タイプに整える。
 - ③ 蒸汁+だし+旭川しょうゆ+バターでグレートソースを作る。
 - ④ マニマ・白髪ねぎをこまかく和える。
 - ⑤ とうもろこしをバターで火が通るまで焼く。
 - ⑥ 10タイプを弱火で両面カリッと焼く。
 - ⑦ パンズにマニマ・ねぎ→10タイプ→焦がしコーン→ソースの順にのせる。
- ※この用紙はデータ化します。ペン書きでみやすく記載してください

完成図 (イラスト)



【レシピタイトル】

アキマラ ジンギスカンバーガー

使用パンズ： 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁（昆布だし）

おすすめ・こだわりポイント

旭川のソウルフードである「ジンギスカン」と、北海道の誇りである「じゃがいも」を一つに凝縮した地元愛あふれる一品です。

【レシピ】

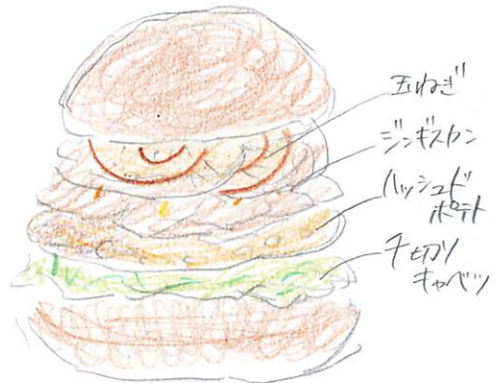
・ 使用食材

- ・ ラム肉
- ・ タレ（しょうが、みりん、酒、砂糖、りんご、玉ねぎ、生姜、にんにく、白ごま）
- ・ じゃがいも
- ・ 片栗粉
- ・ 塩
- ・ 油
- ・ キャバツ
- ・ 玉ねぎ

・ 調理工程

- タレ
- ① りんご、玉ねぎ、生姜はみじん切りにする
 - ② Aと①をKに火をつけて煮立たせたらKを止め白ごまを加える
- ハッシュポテト
- ① じゃがいもを皮を剥いて角切りにして茹でる
 - ② ①を軽くつぶし、片栗粉と塩を混ぜて円盤状に整形する
 - ③ ②を揚げて焼く
- ジンギスカン
- ① ラム肉を焼く
 - ② タレを入れた鍋で煮る
- 野菜
- ① キャバツ → チョリ、玉ねぎ → 輪切り
 - ② 玉ねぎをバターで炒める

完成図（イラスト）



※この用紙はデータ化します。ペン書きでみやすく記載してください

東郷・岸山ゼミ 学年 1

【レシピタイトル】

旭川野菜と豆腐のヘルシーバーガー

使用パンズ： 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁（昆布だし）

旭川でとれる野菜と、豆腐を使い、おすすめ・こだわりポイント
豆腐を使いこむことで脂質を抑えつつ、たんぱく質もしっかりとれるところの
ポイント

【レシピ】

・使用食材

・パンズ、みそマヨソース

・木綿豆腐、塩・コショウ

・栗島ひき肉

・玉ねぎ

・パルメザン

・卵

・レタス

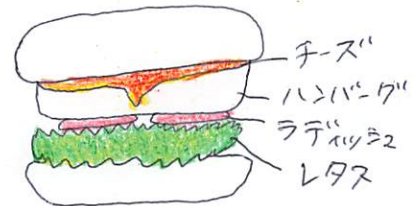
・ラディッシュ

・チーズ（チェダー）

・調理工程

- ① 豆腐を水切りし、玉ねぎを炒める
- ② ①を混ぜ、塩・コショウを適量振り小判形に成形する
- ③ フライパンで両面焼き、さいごにチェダーチーズをのせて溶かす
- ④ ラディッシュを薄切りにし、レタスを洗って水気を切る
- ⑤ みそとマヨネーズを混ぜる
- ⑥ パルメザンとスターで1~2分焼く
- ⑦ パンズにソースをぬり、具材を挟む

完成図（イラスト）



【レシピタイトル】

ナス飛び出す! トマトバーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

- ・ソースに玉ねぎを1cm角のものを入れ食感を残す。
- ・トマトと相性の良いナスを縦に大きく切り、ベーコンのようにはみ出させる。

【レシピ】

・使用食材

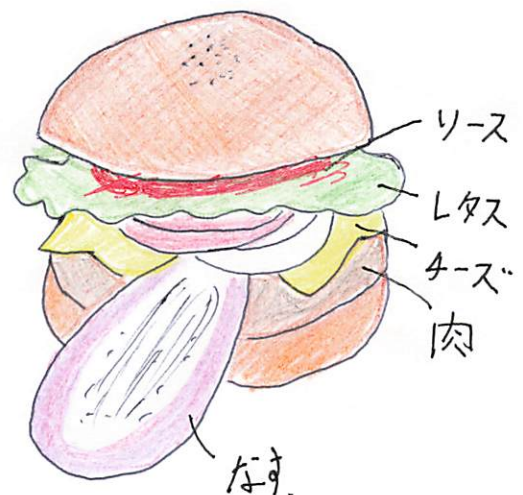
- ・牛豚の合挽き肉
- ・トマト
- ・玉ねぎ) ソースにも使用
- ・レタス
- ・チーズ
- ・ナス

・調理工程

- ・ソースを作る。
→玉ねぎ1cm程に切る。しっかりとこねて酸味をおさえる。

- トマト - 輪切り
- 玉ねぎ - 輪切り
- ナス - 縦切り) 色がつかまで
- 肉 - 丸くうすくのばして大巻く。

完成図 (イラスト)



東郷・岸山ゼミ 学年 /

【レシピタイトル】

タルタルソースが決め手のガンキバーガー

使用パンズ： 米粉のパンズ ・ ブリオッシュ ・ お出汁（昆布だし）

おすすめ・こだわりポイント

- ・ タルタルソースにピクルスを加えて、酸味をアラス
- ・ 北海道らしくガンキをはさみ、ボリュームを出した

【レシピ】

・使用食材

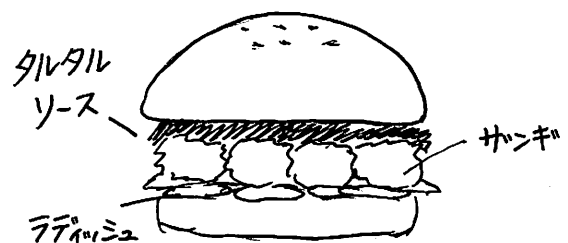
- | | | |
|---------|--------|-------|
| ・鶏肉 | ・玉ねぎ | ・卵 |
| ・ラディッシュ | ・マヨネーズ | ・ピクルス |
| ・しょう油 | ・生姜 | ・レタス |
| ・片栗粉 | ・薄力粉 | ・酒 |
| ・ニンニク | | |

・調理工程

- ・ [※]玉ねぎ、卵、マヨネーズでタルタルソースを作る
- ・ ラディッシュは輪切りにしておく
- ・ 味つけをした鶏肉に溶き卵、薄力粉、片栗粉をまぶし、揚げる
- ・ パンズにラディッシュ、レタス、ガンキ、タルタルソースの順にのっけて完成

※（タルタルソースにピクルスを入れる）

完成図（イラスト）



【レシピタイトル】

柚子胡椒香るエビ & アスパラのヘルミーバーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ フリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

食感を楽しんでもらうために、食べごえのあま食材を選びました

ソースについては、効率良く生産性を向上させるため、キューブの柚子胡椒を選びました

【レシピ】

・使用食材

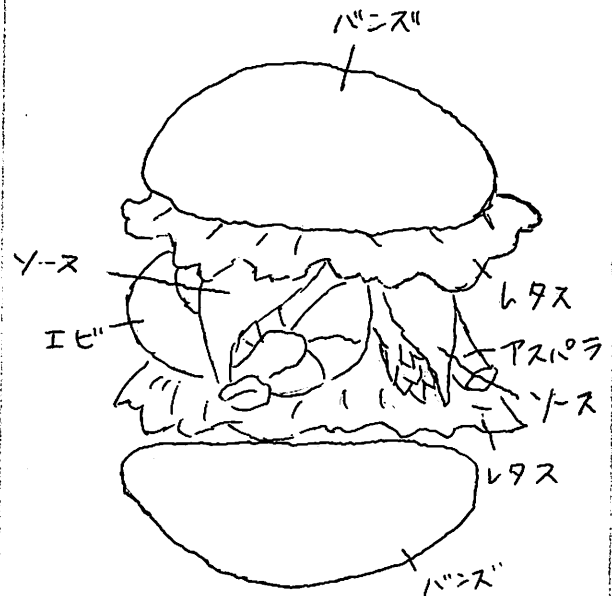
- ・レタス
- ・エビ
- ・アスパラ
- ・マヨネーズ
- ・ゆずこしょう (キューブ)
- ・砂糖
- ・水

・調理工程

- ① 米粉パンズ、エビ、アスパラを焼き目がしっかり付くまで焼く
- ② 焼けたパンズの上にレタスをのせる
- ③ エビとアスパラをその上にのせ、ゆずこしょう (小さじ1/2) とマヨネーズ (小さじ2)、砂糖 (小さじ1/2) と水 (小さじ1/4) を混ぜてソースをかける
- ④ その上にレタスとパンズをのせて完成

※この用紙はデータ化します。ペン書きでみやすく記載してください

完成図 (イラスト)



2026 北の恵みあさひかわ食べマルシェ ハンバーガーレシピ案

東郷・岸山ゼミ

学年 1

【レシピタイトル】

旭川 味噌バターコーンバーガー

使用パンズ： 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁（昆布だし）

おすすめ・こだわりポイント

旭川ラーメンをイメージして、具材に揚げ麺を入れたところ。
ハンバーガーではあまりない、バリバリ食感を楽しめる。

【レシピ】

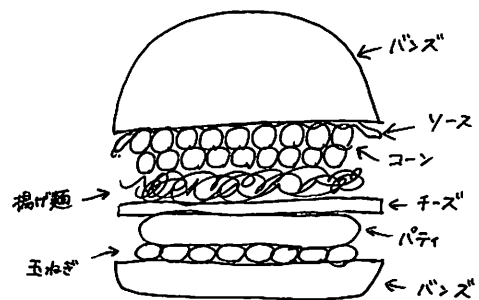
・使用食材

豚ひき肉、塩コショウ、パン粉、牛乳、醤油、卵（パティ）
味噌、バター、牛乳、砂糖、にんにくチューブ（ソース）
コーン、玉ねぎ、スライスチーズ、中華麺、（ブラックペッパー）

・調理工程

1. ソースを作る
2. 玉ねぎを炒める
3. コーンを焼く
4. 揚げ麺を作る
5. パティを焼く
6. チーズをのせる
7. パンズを焼く

完成図（イラスト）



※この用紙はデータ化します。ペン書きでみやすく記載してください

東郷 岸山ゼミ

学年 1

【レシピタイトル】

ハニーマスタードチキンバーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ ブリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

レタスは旭川産のを使用

【レシピ】

・使用食材

-バター

-ハニーマスタード

-ベーコン

-レタス

-鶏肉

-ブリオッシュのパンズ

-サラダ油

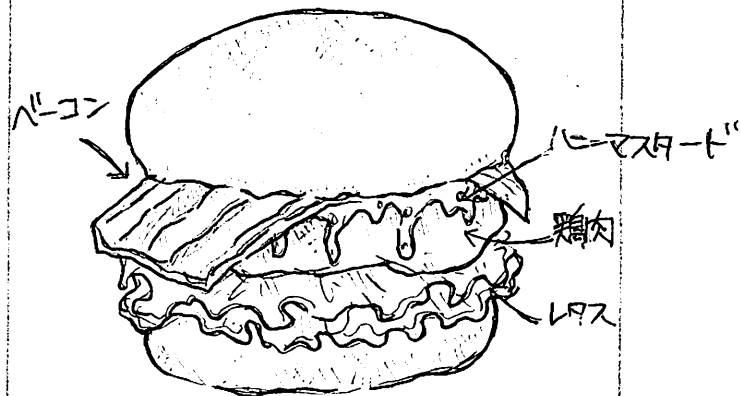
・調理工程

1. パンズの裏面にバターを塗り、その面を焼く

2. ベーコン、鶏肉を焼く

3. はさむ

完成図 (イラスト)



【レシピタイトル】

北の発酵チキンバーガー

使用パンズ： 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁（昆布だし）

おすすめ・こだわりポイント

- ・ 旭川で作られている酒粕と味噌を使用し、発酵文化や和の味わいを表現した。
- ・ リンゴを使用した生姜ソースで秋らしい甘みと爽やかさを加えた。
- ・ 濃厚な酒粕味噌煮の鶏肉に対し、クリームチーズの酸味やまろやかさとソースのさっぱり感を合わせて最後まで飽きずに食べられるようにした。

【レシピ】

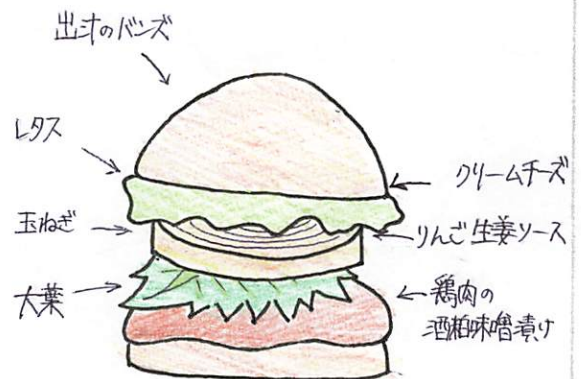
・ 使用食材

- | | | |
|-------------|-----------|---------------|
| ・ 鶏もも肉 100g | ・ リンゴ 20g | ・ 玉ねぎ 20g |
| ・ 酒粕 15g | ・ 生姜 3g | ・ レタス 15g |
| ・ 味噌 10g | ・ 醤油 5g | ・ 大葉 1枚 |
| ・ みりん 10g | ・ みりん 5g | ・ クリームチーズ 10g |
| ・ 料理酒 10g | | |

・ 調理工程

- ① 鶏肉にフォークで数か所穴を開ける
- ② 酒粕、味噌、みりん、料理酒を混ぜ合わせて鶏肉を漬け込み、冷蔵庫で30分以上置く
- ③ クッキングシートをひいた天板に皮面を上にして置き、200℃に予熱したオーブンで15～20分焼く
- ④ リンゴ、生姜をすりおろして醤油、みりんと混ぜ合わせ、フライパンで軽く煮詰める
- ⑤ 玉ねぎを薄い輪切りにしてフライパンで焼き、レタス、大葉は蒸らして水気をよく切る
- ⑥ パンズにクリームチーズを塗り、鶏肉、大葉、玉ねぎ、ソース、レタスの順を重ねる

完成図（イラスト）



※この用紙はデータ化します。ペン書きでみやすく記載してください

東郷・岸山ゼミ 学年 2年

【レシピタイトル】

旭川 彩り野菜 ハーフソースチキンハンバーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

旭川産の野菜 (シタス トマト 人参, 玉ねぎ, かぼちゃ) を使い、パンは北海道産の鶏ひき肉を使い、ソースはヨーグルトハーフソースにし、あえてソースの方にハーブ感を入れた。様々な野菜を使うことで、彩りがあり、見た目も映える。

【レシピ】

・使用食材

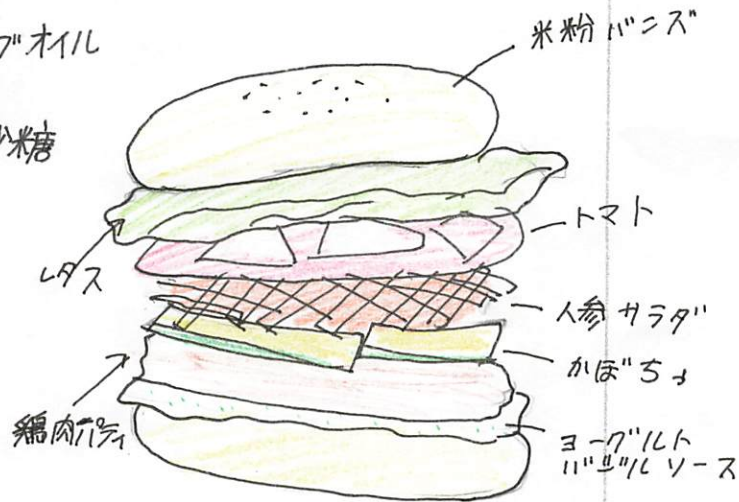
- パンズ
- 北海道産鶏ひき肉
- 旭川産玉ねぎ
- パン粉
- 牛乳
- 塩、コショウ
- バター
- ソース
- プレーンヨーグルト
- レモン汁
- はちみつ
- 調理工程

野菜

- 旭川産シタス・酢
- 旭川産トマト・オリーブオイル
- 旭川産人参・塩
- 旭川産かぼちゃ・砂糖

- 塩こしょう
- 乾燥パセリ
- パセリ

完成図 (イラスト)



- ① 玉ねぎをバターでいため、パン粉は牛乳にひたしておく
- ② ひき肉に①と塩、コショウを入れてこねる → 焼く

野菜

- ① 人参は千切りし、酢、オリーブオイル、塩、砂糖を加えて和える (人参サラダ)
- ② シタスはパンズの大きさを1/2にちぎり、トマトは輪切りにする。かぼちゃは皮を残して千切りにして焼く。
- ③ ソースは調味料を入れて混ぜる

パンズにトッピングをのせていく。 → 完成!

※この用紙はデータ化します。ペン書きでみやすく記載してください

【レシピタイトル】

北の1111麦面 バーガー

使用パンズ: 米粉のパンズ ・ プリオッシュ ・ お出汁 (昆布だし)

おすすめ・こだわりポイント

麦面を主役にした新感覚バーガー

【レシピ】 2人分

・使用食材

〔焼き麺〕	〔かぼちゃ昆布〕	〔野菜コ〕
・中華麺 2玉	・かぼちゃ 120g	・キャベツ
・ごま油 6g	・片栗粉 5g	
・塩 1/2g	・塩 1/2g	
・こしょう 1/2g		

〔ソース〕

みそ 12g
しょうゆ 6g
おろし 6g
砂糖 4g
バター 6g

〔トッピング〕

スライスチーズ

・調理工程

- 1 かぼちゃを柔らかくなるまで加熱し、軽くつぶす
- 2 塩、片栗粉を加えて混ぜ丸く形成する
- 3 フライパンに油を熱し、両面こんがり焼いてかぼちゃ焼きにする
- 4 別のフライパンにごま油を熱し、中華麺を丸く広げる
- 5 1ラで軽くおさえつけながら焼き、片面が1111としたか裏返して両面焼く
- 6 ソースを加えて軽く絡め、香ばしく仕上げる
- 7 米粉パンズを軽く焼く
- 8 パンズにキャベツ、焼き面、かぼちゃ焼き、チーズの順にのせる
- 9 上からソースを少しかけパンズで挟んで完成

完成図 (イラスト)

