

令和7年12月10日（水）
小豆島中央高等学校
担当 主幹教諭 上枝
電話 0879-61-9100

小豆島中央高校 高校生レストランを開催します。

本校生が、地元の特産品を活用したメニューを考案し、実際に調理を行い、提供する「高校生レストラン」を開催します。なお、この行事は、道の駅小豆島オリーブ公園の協力のもと、実施しています。

1 日 時 令和7年12月14日（日） 第1部 11時00分～11時50分
第2部 12時00分～12時50分

2 場 所 サン・オリーブレストラン（道の駅 小豆島オリーブ公園内温浴施設2階）

3 参加者 石井光輝（いしいこうき） 奥川唯衣（おくがわゆい）
佐伯莉奈（さえきりな） 堀川拓聖（ほりかわたくと）
中島彩良（なかしまあお） 藤岡来実（ふじおかくるみ）
日下まお（くさかまお） 中島寧音（なかしまねね）

道の駅小豆島オリーブ公園×

小豆島中央高校生レストラン

12/14 Sun Open!

【限定60食】



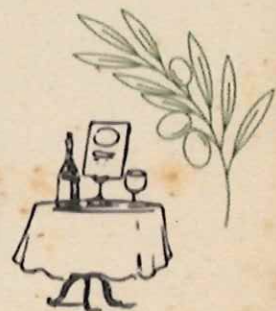
時間 第一部 11:00～11:50 【失着30名】

第二部 12:00～12:50 【失着30名】

場所 サン・オリーブレストラン
(サン・オリーブ温泉内2F)

メニュー考案&調理担当高校生

石井光輝 奥川唯衣 佐伯莉奈 堀川拓聖
中島彩良 藤岡来実 日下まお 中島寧音



高校生たちによる1日だけの特別なレストランへぜひお越しください



道の駅
小豆島オリーブ公園

〒761-4434

香川県小豆郡小豆島町西村甲1941-1

予約はこちら

☎ 0879-82-2200

営業時間 8:30～17:00



オリーブの島のおひるごはん

¥900 (税込)



オリーブ入りカルパッチョ風いなり寿司

【材料】(8個分)

- ・米 1合
- ・酢 20cc
- ・砂糖 16g
- ・塩 4g
- ・蒸しタコ 100g
- ・サーモン 150g
- ・玉ねぎ 1/4個
- ・味付き油揚げ 2枚
- 〈カルパッチョソース〉
- ・オリーブの新漬け 3粒
- ・醤油 大さじ1
- ・オリーブオイル 大さじ2
- ・塩 少々
- ・レモン汁 5振り
- ・黒胡椒 好きなだけ

【作り方】

- ①米を炊き、酢飯を作る。
- ②タコと玉ねぎを薄切りにする。サーモンは小さく切る。
- ③オリーブの新漬けは種を抜き、細かく刻む。
- ④カルパッチョソースの材料を混ぜ、②③と混ぜる。
- ⑤味付き油揚げを開き、酢飯を入れ、④を上のにせて完成



チーズオリーブベーグル

そうめんハッシュドポテト&うどんかりんとう

【材料】(5個分)

- A
- ・強力粉 250g
- ・ドライイースト 3g
- ・塩 5g
- ・砂糖 10g
- ・ぬるま湯 160cc
- ・ペビーチーズ 2個
- ・オリーブ新漬け 4個

【作り方】

- ①ペビーチーズは小さな角切り、オリーブ新漬けは種を抜き、細かく刻んでおく。
- ②ボウルにAを入れ混ぜ、ある程度混ぜたら台に出しこねる。
- ③生地をボウルに入れ、40℃で30分発酵させる。
- ④ボウルから生地を出し、5等分に分け、1つずつこねて丸める。
- ⑤丸めた生地に濡れふきんをかけ10分寝かせる。
- ⑥ガス抜きをしながら生地を平らにし、①を練りこむ。
- ⑦生地を成形させ、約40分発酵させる。約2倍の大きになれば二次発酵終了。
- ⑧オーブンで200℃に予熱しておく。
- ⑨80～90℃の湯に両面を30秒ずつくらせる。
- ⑩200℃で15分焼く。

【材料】(8個分)

- ・そうめん 1束
- ・じゃがいも 2個
- ・片栗粉 小さじ1
- ・塩、こしょう 少々
- ・油 適量

【作り方】

- ①じゃがいもを洗い、皮をむいたら色紙切りに切る。そうめんは5mmくらいに細かくしておく。
- ②耐熱容器に切ったじゃがいもと少しの水を入れ、電子レンジで500w3分30秒加熱する。
- ③1度取り出して少し混ぜてから、もう1度電子レンジで500w2分加熱する。
- ④③に塩、こしょう、片栗粉を入れ、3～4cmくらいの丸にまとめる。
- ⑤④を平らにし、そうめんをまぶす。(じゃがいもが乾いた場合は少し水を付けてからまぶす)
- ⑥フライパンに油をひいて、弱火で2分焼く。裏返して2分焼く。

【材料】(3～4人分)

- ・うどん 1玉 (200g)
- ・薄力粉 大さじ4
- ・サラダ油 適量
- ・グラニュー糖 適量
- ・塩 適量

【作り方】

- ①鍋にうどんと薄力粉を入れ鍋に空気を立ててから閉じて振り、まんべんなく粉をつける。
- ②鍋からうどんを6本取り出して、3本ずつつけて鍋状に巻く。
- ③フライパンにサラダ油を底から1cm程度入れて中火で加熱し、②を入れてきつね色になってカリッとするまで揚げる。
- ④揚げたてのうちにグラニュー糖や塩をまぶす。



そうめんどま団子

そうめんサラダ

島鯉のカラフルマリネ

【材料】(10個分)

- ・そうめん 1束
- ・片栗粉 大さじ5
- ・あんこ 160g (お好みで量をかえてOK)
- ・白こま お好みで
- ・こま油 小さじ1

【作り方】

- ①そうめんをゆでる。
- ②ポリ袋にゆでたそうめんを入れつづす。
- ③ある程度つぶれたら片栗粉を入れまぜる。
- ④③とあんこを10等分に分け包み平らにする。
- ⑤④にこまをまぶす。
- ⑥フライパンにこま油をひき、好みの焼き色まで焼く。

【材料】(3～4人分)

- ・そうめん 1束
- ・ハム 4枚
- ・きゅうり 1/2本
- ・マヨネーズ 大さじ3
- ・塩、こしょう、からし 少々
- ・レモン果汁 小さじ1
- ・砂糖 小さじ1/2
- ・卵 2個
- ・かにかま 70g

【作り方】

- ①ハムは細切り、きゅうりは3mmの厚さに小口切りにして塩もみして水気をとる。卵は薄焼きにして細く切る。かにかまをほくく。
- ②そうめんはたっぷりの沸騰した湯でゆでる。沸騰したらコップ1杯ほどの水を入れ、冷水にとってざるにあげ、水気をよく切り、はさみで短く切る。
- ③ボウルに①と②を入れ、マヨネーズで手早くあえる。塩こしょう、レモン果汁、砂糖、からしを味をととのえる。

【材料】(2～3人分)

- ・島鯉 60g
- ・パプリカ 10g
- ・ピーマン 10g
- ・カイワレ 5g
- ・酢 大さじ2
- ・油、小麦粉 適量
- 〈マリネ液〉
- ・酢 大さじ2
- ・醤油 大さじ1.5
- ・水 大さじ1
- ・砂糖 大さじ1
- ・オリーブオイル 大さじ1

【作り方】

- ①骨切りした鯉を1口大にカットし、小麦粉をまぶし、油で揚げる。
- ②マリネ液を作り、パプリカ、ピーマンを入れ①を漬け込む。
- ③皿に盛り付けカイワレをのせる。