

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】



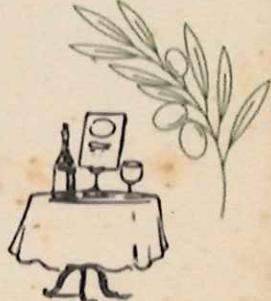
時間 第一部 11:00~11:50 【着30名】

第二部 12:00~12:50 【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
- ・蒸しダコ 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を上にのせて完成

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
 - ・ベビーチーズ 2個
 - ・オリーブ新漬け 4個

【作り方】

- ①ベ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、ある程度混ざったら台に出しこねる。
- ③生地をボウルに入れ、40°C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丸めた生地に瀬ねきんをかけ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倍の大きさになれば二次発酵終了。
- ⑧オーブンを200°Cに予熱しておく。
- ⑨80~90°Cの湯に両面を30秒ずつくぐらせる。
- ⑩200°C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。
- ③一度取り出して少し温めてから、もう一度電子レンジで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袋にうどんと薄力粉を入れ袋に空気を入れてから閉じて振り、まんべんなく粉をつける。
- ②袋からうどんを6本取り出して、3本づつ分けて繩状に巻く。
- 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っとするまで揚げる。
- ④揚げたてのうちにグラニュー糖や塩をまぶす。



そうめんごま団子

【材料】(10個分)

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

【作り方】

- ①そうめんをゆでる。
- ②ボリ袋にゆでたそうめんを入れつぶす。
- ③ある程度つぶしたら片栗粉を入れませる。
- ④あとあんこを10等分に分け包み平らにする。
- ⑤④にごまをまぶす。
- ⑥フライパンにごま油をひき、好みの焼き色まで焼く。

そうめんサラダ

【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。かにかまをほぐす。
- ②そうめんはたっぷりの沸騰した湯でゆでる。沸騰したらコッピ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、はさみて短く切る。
- 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、からしで味をととのえる。

島鰯のカラフルマリネ

【材料】(2~3人分)

- ・島鰯 60g
- ・パブリカ 10g
- ・ビーマン 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骨切りした體を10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、パブリカ、ビーマンを入れ①を漬け込む。
- ③皿に盛り付けカイワレをのせる。