

FOOD MADE GOOD 未来のレシピコンテスト2025

募集要項(ガイドライン)

■ 開催目的

「何をつくるか」だけでなく「何を選ぶか」を考え調理することができる料理人を増やし、実践にもつなげること。
・選ぶ力・伝える力・判断する力を持つ次世代シェフの成長を促進すること。

■ 応募条件

プラントベース／ベターミートを使用すること。

※プラントベース／ベターミートの定義や考え方についてはFOOD MADE GOOD プラントベース／ベターミート講座(全3回)を受講することを推奨します。

■ ベターミート／プラントベースについて

ベターミートの定義: 人の健康、環境負荷に配慮し、高い動物福祉(アニマルウェルフェア)の基準で倫理的に飼育された肉(以下6つの視点)

- 人道的な方法で食肉処理されている。
- 環境保全に積極的に取り組んでいる農場で飼育されている。
- 気候変動や環境影響が軽減されている。
- 店舗の近隣の農場から調達されている。
- 伝統的な品種、ジビエ、旬を大切にしている。
- できるだけ全ての部位を使用するために、サイズが不揃いの切り落とし部分、経産牛、廃鶏(親鶏)などを使用している。

■ 応募対象:

・30歳以下の調理師・製菓衛生師養成施設の学生(高等学校・短期大学・大学・専門学校など。調理師・製菓衛生師資格取得の有無は不問)

・調理師・料理研究家など(飲食店・宿泊施設に従事する料理人の他、出張料理人、料理研究家、調理学校講師なども含む)

■ 応募方法

・メールにて応募受付。メール送付先: contact@foodmadegood.jp

①応募専用のエクセルシート(またはGoogleスプレッドシート)に必要事項を記入。

②指定のドライブに写真(顔写真と料理写真)のアップロードをする。

※顔写真はファイナリスト通過時にSNSにて掲載させていただく予定です。料理人であることを想起できるもの、かつ笑顔の写真を推奨します。

※指定のツールを使用できない場合、要相談。メールにてお問い合わせください。

■ 応募の際に記入する項目

1. 基本情報

- ・氏名／所属
- ・Instagramアカウント(あれば)
- ・メニュー名

※英国での発信も行うため英語表記も記載ください

- ・応募者がそのレシピを作った場所(都道府県まで記載ください)
- ・応募者の顔写真

※なるべく正面を向いている写真を提出ください

※ギガファイル便またはファイルストレージを利用してください

※ファイナリストに残った方は、写真をSNS広報用に使用させていただく場合がございます。

カジュアルな写真でも構いませんので、笑顔で撮っている写真をおすすめします。

2. 食のサステナビリティを広めていくために、心を動かすストーリーやメッセージ(200字程度)

- ① なぜ使用した食材が「プラントベース／ベターミート」であるのかを教えてください。
- ② その一品を通じて食べ手にどのような社会／環境課題の解決策を提案したいのか教えてください。
- ③ 評価ポイントの3つ「サステナビリティ(変える力)」、「クリエイティビティ(伝える力)」、「プレゼンテーション(魅了する力)」を意識してレシピを考案し、フォームに記載をしてください。

3. 材料リスト(加工品の場合は原材料も記入)

- ・調理手順に従って材料とその重量(gまたはml)をリストアップしてください。
- ・材料リストの材料には必要な事前準備も記載してください(下ごしらえ等)。
- ・食材の産地は都道府県まで記載ください
- ・加工品の場合、加工地もご記載ください(例、イタリア産のトマトを国内で加工)
- ・該当する食材は、どのようなことに配慮された食材かを教えてください。(原材料/輸送に関する環境負荷面でのこだわり)オーガニック野菜・無農薬・無化学肥料の野菜、特定の地域産であればその産地の記載をお願いします。

例)例えば、オーガニック野菜・無農薬・無化学肥料の野菜、自然栽培の野菜など。調達は徒歩○分圏内の畑から産地直送など。

- ・野菜- 有機JAS認証取得の無農薬野菜(東京都〇〇農園)
- ・魚介類- 従来は産地で廃棄される規格外の魚(兵庫県淡路市)/ASC認証取得の牡蠣
- ・卵- 平飼い(高知県土佐市)
- ・鶏肉- 平飼い、放し飼いで育てられた鶏(岩手県〇〇養鶏場)
- ・果物- 農薬を使わず自然農法で育てた果物

4. 調理手順

- ・できる限り詳細に手順を記述してください。
- ・食材が全てリストの中に入っていること、その食材が全て調理手順に入っていることを確認してください。
- ・可能であれば、盛り付けのコツを教えてください。
- ・使用した調理器具(ガス、IH、オーブン、電子レンジ、ミキサー)も記載ください
- ・使用した調理器具の適格電力を記入ください(ex.600Wなど)
- ・加熱方法(蒸し・炒め・煮る・生・揚げる)と火力(ガスの場合、弱火・中火・強火/IHの場合、段階「弱～強いまたは1~5」)も記載ください

5. ベターミートの飼料に関する詳細

- ・対象となる食材
- ・飼料の産地(できれば都道府県まで記載)

・その他／ 今回の工夫の概要 やエビデンス、参考リンクなどを記載してください。

例)・自然勾配／自然分娩、牧草と母乳で育つ短角牛。

・GMOフリーの餌

・餌は地域の食品残渣の活用をしている。

6. 代替肉／オルタナティブミートに関する土地利用の詳細(大豆など、代替肉として使用した場合は記載)

・対象となる食材

・原材料の産地(できれば都道府県まで記載)

・生産方法

・その他／ 今回の工夫の概要 やエビデンス、参考リンクなど

例)・非遺伝子組み換え(non-GMO)大豆。

・無農薬栽培

・加工工程で再エネ100%活用

・生産・製造者:FMG太郎さん(サイト:<http://xxx>)

7. サプライチェーン上、または調理過程で発生する食品ロスについて(任意入力)

・対象となる食材

・通常だと当該食材全体の何グラム(又は何パーセント)使うか

・今回の工夫があると当該食材全体の何グラム(又は何パーセント)使うか

・今回の工夫の概要やエビデンス

例)通常であれば捨ててしまうニンジンの皮をオーブンで焼きチップスにして料理のアクセントに使用した。

参考資料:<https://tokubai.co.jp/news/articles/3425>

8. 料理の写真(正面、側面、+αの写真3枚)

・写真は評価の重要な役割を担っています。全体画像、断面、プロセスなど、横位置で高解像度の写真を3枚以上提出してください(解像度の目安:W1080×H1920ピクセル)。

撮影のコツは出来る限り自然光を取り入れ、明るさを意識して、ピントがあっているかも確認してください。

■ 応募に関する留意点

・1つの応募に対して1つのメニューをご提案ください。

・1名につき複数の応募が可能です。ただし、優秀レシピに選出されるのは1つの応募のみです。

・日本国外からの応募も可能です。

・調理手順は具体的な指示を用いて、分かりやすく書いてください。

・料理の量、食材、調理方法も記載してください。

・単位はメトリック測定(g・ml)を使用してください。

・オーブンの温度の単位は摂氏(°C)を使用してください。

■審査加点のガイド

- 地産地消と旬の食材の推進

日本国内市場、地域の生産者をサポートすることができます。

より多く、安く、効率よく調達し利益を得るビジネスモデルによって起こる、地元の農家や商店の衰退、

食品の画一化、食文化の多様性の低下を防ぐことができます。

また地産地消により輸送にかかる経費、また環境負荷(フードマイレージ)の削減、旬の食材の使用により、ハウス栽培の光熱費、水使用量を削減することができます。ここでは食材の多くを地域(半径80キロ圏内)の農家・漁師・生産者から旬のもの、オーガニック野菜、無農薬・無化学肥料の野菜の調達が望ましいと思われます。

- 食料の無駄をなくす
本来食べられるにもかかわらず廃棄される「食品ロス」は年間約472万トン(令和4年度、前年度比－51万トン)(*1)と、全世界の食糧援助量(*2)のほぼ同等。うち事業系の食料廃棄量は総量の50%を占め、レストラン産業からの食料廃棄量は約15%で食べ残しによるものが相当程度を占めています。世界の食料廃棄によって発生するCO2は米国と中国に次ぎ3番目に多く、気候変動の大きな原因になっています。外食産業の現状は、食品ロス削減よりも売上や効率が重視される傾向にあり、消費者も食品ロスへの関心を高める必要があります。生産者での廃棄、店舗の調理段階での食品廃棄を防ぐアップサイクル、食べ残しの防止が望ましいと思われます。

参考:

*1 <https://www.maff.go.jp/j/press/shokuhin/recycle/240621.html>

*2 https://www.caa.go.jp/policies/policy/consumer_policy/information/food_loss/education/

- 低カーボンフットプリント
カーボンフットプリントとは、その料理ができるまでの各過程で排出された「温室効果ガスの量」を追跡した結果、得られた全体の量をCO2量に換算して表示することです。生産地から食卓までの輸送に必要な天然資源(エネルギー)を可能な限り削減することは重要です。環境負荷が低い食材の利用、加熱時間の短縮、化石燃料/エネルギーを使用しない方法を選択することが望ましいと思われます。
- より多くの野菜を使用
質の良い野菜をより多く摂取することは、慢性的に野菜が不足しがちな現代日本人の食生活の改善を促します。また、地球温暖化の原因であるメタン排出のうち、37%は家畜に起因するなど、環境保護の視点から、動物製品の利用を避ける考え方が広まっています。動物性タンパク質の割合を減らし、植物性食品の割合を増やした料理への関心を高めることができます。野菜中心のメニュー、プラントベースフード、大豆ミートなどの代替肉の使用が望ましいと思われます。
- その他加点項目
海外調達品に関するフェアトレード等の認証品の使用、健康的な食事の提供(減塩、完全無添加)も考慮されることが望ましいと思われます。

■昨年度の実践事例紹介

-  FMG FinalistRecipeall_未来のレシピコンテスト2024.pdf