**第14回八戸前沖さばアイディア料理コンテスト　応募様式**

**テーマ：気軽に家庭でつくれる八戸前沖さば料理**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ふりがな |  | 職　業 | ※学生の方は学校名をご入力ください。 | | | |
| 氏名 |  |
| 住所 |  | 年　齢 |  | 歳 | 性　別 |  |
| TEL |  | メールアドレス |  | | | |
| 料理名 |  | | | | | |
| 使用する食材  （4人分の量） |  | | | | | |
| 料理のおすすめポイント |  | | | | | |
| 作り方 | 調理時間　　　　　分 | | | | | |

※お申込みは、こちらの**申込様式と料理の画像（写真）**を  [info@8saba.com](mailto:%20info@8saba.com) へメールにてご応募下さい。