

我が校自慢の学校給食レシピを紹介します！

献立名

ソイ丼

<材料 4人分>

・だいず(水煮) 120g
 ・豚肉(挽) 150g
 ・ベーコン 20g
 ・カレー粉 少々
 ・砂糖 大さじ2
 ・しょうゆ 大さじ1と1/2

・みりん 大さじ1
 ・カレールウ 10g
 ・むきえだまめ 40g
 ・植物油 小さじ1
 ・水 50cc
 ・ご飯 適量

ピーマンや春菊
でもOKです。



<作り方>

- ①鍋に植物油を入れて温め、ベーコン、豚肉、カレー粉を炒める。
- ②水、だいず、砂糖を入れて煮る。
- ③しょうゆ、みりん、カレールウを入れ、混ぜながら加熱する。
- ④仕上げにえだまめを入れる。
- ⑤温かいご飯にかける。

<献立のポイント>

豆が苦手でも「これは大好き」という生徒が多い人気のメニューです。えだまめを入れると色どりがよくなります。常備菜として作り置きができ、お弁当にも使えるメニューです。