

給食室からこんにちは!



給食レシピ! 作ってみてね

＜ココア揚げパン＞

材料4人分

- コッペパン or 黒パン 4コ
- 揚げ油 適量
- ココア 4g
- 三温糖 25g

作り方

- ① ココアと三温糖を合わせて、ふるう。
- ② パンを油で揚げる。180℃/10秒
すぐに①をまぶす。

* 粉は少し多めに用意すると美味しいですよ!

* パンは気をつけながら、油の中で回転させてね。

給食室からこんにちは!



給食レシピ! 作ってみてね

＜かきたま汁＞

材料4人分

- かつお厚削り 12g (なければ和風だし)
- 水 500ml
- たまねぎ 80g (スライス)
- にんじん 20g (いちよう切り)
- 長ねぎ 40g (小口切り)
- えのきたけ 40g (3cm幅に切る)
- 生わかめ 10g (ザク切り)
- 片栗粉 6g (倍の水で溶く)
- 鶏卵 80g

作り方

- ① だしを煮立て、にんじん、たまねぎを入れる。
- ② 調味料を入れて味をととのえる。
- ③ えのき、長ねぎ、わかめを入れる。
- ④ 水溶きかたくり粉を入れてとろみをつける。
- ⑤ 溶き卵をまわし入れる。