

大人気！給食レシピ

給食で人気のレシピを紹介します。今回は、「ピリ辛きゅうり」です。児童から人気の副菜です。

ピリ辛きゅうり (きゅうり1本分)

材料	きゅうり	1本
	塩	少々
☆	しょうゆ	小さじ2
	酢	小さじ1
	さとう	☆ 小さじ1
	ごま油	小さじ1
	一味唐辛子	少々

作り方

- ①きゅうりは、太めの輪切りにする。
- ②塩少々を振ってしんなりさせる。
- ③☆印の調味料でたれを作る。
- ④水気をしぼったきゅうりと③を混ぜ合わせる。

*きゅうりの本数は、各家庭の人数で調整してください。

*給食では、野菜はすべて茹でて、冷ましてから調味料で和えています。

