

6月16日 給食メニュー

なすのはさみ揚げ

【材料 4人分】

なす	1本
たまねぎ	1/4個
鶏ひき肉	150g
醤油	少々
パン粉	大さじ1
牛乳	大さじ2
小麦粉	適宜
揚げ油	適宜
醤油	大さじ1
だし汁	大さじ1
みりん	小さじ1
砂糖	小さじ1



【作り方】

- ① たまねぎはみじん切りにして炒めて冷ます。
- ② 鶏ひき肉、たまねぎ、醤油、パン粉、牛乳を合わせよく練る。
- ③ なすを薄切りにして、水気を取り小麦粉をまぶす。②をなすの間にはさむ。
- ④ 小麦粉がダマにならないように水で溶き、天ぷら衣にして③に絡める。
- ⑤ 揚げ油で④を焦げ付かないように揚げる。
- ⑥ 調味料を合わせ鍋で火と煮立ちさせ、はさみ揚げにかけて完成！！

なすが苦手な子が多いですが、なすのはさみ揚げにすると「これ大好き～」と言うほど人気のメニューですよ♪