

3月16日給食メニュー

じゃがいもきんぴら

【材料 4人分】

じゃがいも	2～3個
にんじん	1/4本
さつまあげ	1/2枚
豚ひき肉	50g
いんげん	1～2本
砂糖	小さじ2
しょうゆ	大さじ1/2
みりん	小さじ1/2
ごま油	少々



【作り方】

- ① じゃがいも、にんじん、さつまあげは短冊切り。
- ② いんげんは小口切りにし、食感が残る程度に茹でる。
- ③ フライパンにごま油をひき、豚肉、にんじん、じゃがいもに火が通るように弱火～中火で炒める。
- ④ 火が通ったら、さつまあげを入れ、砂糖、みりん、しょうゆを入れて味をからめる。
- ⑤ 味が絡まったら、いんげんを入れて完成！

- ごまを入れると風味がよくなります。
- きんぴらと聞くとごぼうを想像しますが、春に美味しいじゃがいもで作ると子ども達も食べやすいですよ。