

チャレンジしてみませんか!
給食のレシピを紹介します。

鹿児島市立松元学校給食センター

令和5年11月24日(金) 実施

<きいこん>



材料 5人分

作り方

地鶏(ぶつ切り)	130g
大根	150g
人参	50g
ごぼう	50g
じゃが芋(里芋)	150g
こんにゃく	50g
筍水煮	50g
厚揚げ	35g
さつま揚げ	35g
絹さや	25g
サラダ油	少々
生姜	少々
酒	大さじ1/2
中ざら	大さじ2/3
みりん	小さじ1強
薄口醤油	大さじ1と小さじ1
濃口醤油	大さじ1弱
かつお出し汁	2~3カップ

A

- ① 干しいたけは水で戻し、こんにゃくは塩でもみ水洗いする。
大根、人参、ごぼう、こんにゃく、じゃが芋は大きめに切る。
生姜はうすく、その他は角切りにする。
- ② 絹さやは、すじをとって茹でる。
- ③ 鍋に油と地鶏を入れて表面を焼き、しょうがを入れる。
かつお出し汁を加え、大根、ごぼう、干しいたけ(戻し汁少々)
を煮る。
- ④ Aの調味料を加え、こんにゃく、厚揚げ、筍、じゃが芋、さつま揚
げを加えしばらく煮る。
- ⑤ 最後に絹さやを散らす。

きいこん(切いこん)は、材料を切りこんで鍋に入れることから、
その名前がついたといわれています。

鶏の骨付きぶつ切りを使ってつくる正月料理です。