

チャレンジしてみませんか!
給食のレシピを紹介します。

令和6年3月7日(木) 実施

<ピリ辛フォー>

材料 5人分

A	豚ひき肉	100g
	おろしにんにく	5g
	おろししょうが	5g
	豆板醤	1g
	酒	小さじ2
	塩	少々
	サラダ油	少々
	焼き豚(短冊)	50g
	乾燥きくらげ	2g
	人参	50g
	玉ねぎ	60g
	もやし	60g
	ゆで筍	25g
B	平ビーフン	50g
	チンゲン菜	50g
	鶏がらスープ	10g
	薄口しょうゆ	小さじ4
	濃口しょうゆ	小さじ1弱
練りごま	10g	
水	500~600cc	

鹿児島市立松元学校給食センター



こどもたちに人気の
メニューです。

作り方

- ① 人参、玉ねぎは千切りにし、きくらげはもどして千切りにする。筍は薄切り、チンゲン菜は一口大に切る。
- ② 平ビーフンは水でもどす。
- ③ 鍋に油を熱し、豚ひき肉とAを入れて炒め、肉の色が変わったら人参、玉ねぎを加えて炒める。
- ④ 水、鶏がらスープを加えて煮る。沸騰したらきくらげ、もやし、筍を加える。
- ⑤ 焼き豚、Bの調味料を加え、ビーフンを入れる。
- ⑥ 味を調えチンゲン菜を入れて火を止める。

ビーフンはお米が原料の麺なので、あっさり淡泊な味わいで、いろいろな味つけにも合います。平ビーフンの代わりにビーフンを使っても美味しく出来ます。