

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6年6月17日(月) 実施

きびなごの黄金がらめ

材料	5人分
きびなご	200g
白ワイン	小さじ1
片栗粉	適量
油	適量
A { マヨネーズ	大さじ3
カレー粉	小さじ1
塩	少々
乾燥パセリ	少々

作り方



- ① Aの調味料をよく混ぜる。
- ② きびなごに白ワインをふり、なじませる。
片栗粉をまぶして油でカリッと揚げる。
- ③ ②に①をからめて、上から乾燥パセリをふりかける。

鹿児島の食材であるきびなごを使ったメニューです。
カレー粉を使うことで、きれいな黄金色になります。
油で揚げて、カレー風味のたれをからめることにより、
魚が苦手なお子さんでも食べやすくなっています。
ご家庭でも、ぜひお試しください。

