

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。

