

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10月25日(金)実施

<タラとポテトのもみじ揚げ>



材料 5人分 作り方

タラ(角切り) 175g
片栗粉 適量
じゃが芋 130g
揚げ油 適量

① パセリはみじん切りにする。
じゃが芋は2cm角切りにし、素揚げする。

② タラは角切りにし、片栗粉をまぶして揚げる。

人参ペースト 30g
(人参をゆがいてつぶしたもの)

③ Aの材料を煮立ててタレを作り、揚げたじゃが芋とタラにからめる。

酒 大さじ1強

薄口しょうゆ 小さじ1強

マヨネーズ 40g

塩 少々

こしょう 少々

パセリ 少々

④ パセリを散らして出来上がり。

人参を使うことにより、鮮やかなもみじ色を出しています。またマヨネーズを使用しているため、味もまろやかです。
魚は、どんな魚でも合います。魚を鶏肉にかえても美味しいです。