

## 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7年12月18日(木) 実施

### <チキンのピザソースソテー>



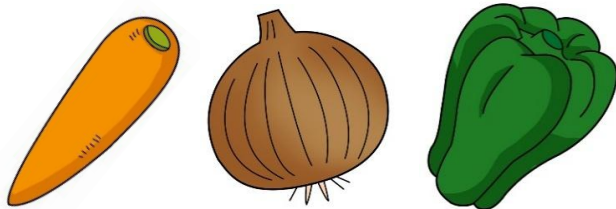
材料 5人分

作り方

鶏もも肉(一口大)	180g
たまねぎ	125g
にんじん	50g
ピーマン	40g
キャノーラ油	適量
塩	小さじ1
こしょう	少々
白ワイン	大さじ1
ピッツアソース	大さじ2
ケチャップ	大さじ3
ウスターソース	小さじ1/2

A

- ① 鶏肉は食べやすい大きさに切っておく。  
玉葱、にんじん、ピーマンは、千切りにする。
  - ② ①の鶏肉を油で炒め、白ワイン、塩、こしょうをふる。
  - ③ 鶏肉に火が通ったら、玉ねぎ、にんじんを入れて炒める。
  - ④ 野菜が透き通ってきたら、Aの調味料を加える。  
仕上げにピーマンを加え混ぜ合わせる。
- ※ 調味料を加えたら、こげやすくなります。  
弱火で、加熱してください。



トーストの上に乗せて、ピザ風にしたたり、チーズをかけて焼いたり、いろいろなアレンジができます。  
作ってみて、オリジナル料理にもチャレンジしてください。