

学校給食レシピ

じゃがいものカレーソテー



<給食紹介>

★じゃがいもの収穫期は、福崎町でとれたじゃがいもが給食に使われます。
全校給食時は献立にもよりますが50kg～100kg（カレーは100kgを超すことも）使用します。地元の生産者さんに感謝ですね。
いつものソテーをカレー味にすると食欲アップ↑↑しますよ♪



<材料> (小学生の量)

食材	1人分量	作りやすい分量(5～6人分)	切り方等
じゃがいも	24g	140g(中1個)	1. 5cm角
塩	0.1g	少々	下ゆで用
コーン	4g	25g(大さじ2)	
にんじん	2.5g	15g(2cm)	千切りしてさっとゆでる
いんげん	3g	20g(2～3本)	1cm幅に切る
ベーコン	3.5g	20g(ハーフサイズ3枚)	1cm幅に切る
★コンソメ	0.3g	1.8g(キューブ1/2個 顆粒小さじ1)	
★塩こしょう	0.01g	少々	
★カレー粉	0.02g	少々	

<作り方>

- 鍋に湯を沸かし塩を加えてじゃがいもを下ゆでして、ざるにあげる。
- フライパンでベーコンを炒め、にんじん・コーン・いんげんを入れて★の調味料を加える。
- じゃがいもを入れて炒め合わせて味をみて、出来上がり♪