

給食レシピ紹介

ほうれん草が練りこまれたグリーン
のパスタです。子供たちに人気の
パスタです。



| 料理名 | | グリーンスパゲティ(副菜) | |
|--------------|--------|---------------|-----------------------------------|
| | | | |
| 材料 | 5人分 | 作り方 | |
| フェットチーネ(乾麺)★ | 60g | ① | ベーコンは短冊、キャベツは1cm幅、にんじんは千切り |
| スライスベーコン | 1~2枚 | | しめじはほぐし、にんにくはみじん切りにする。 |
| キャベツ | 1~2枚 | ② | フェットチーネ(乾麺)は、表示どおりに塩ゆでする。 |
| しめじ | 1/4パック | | (ざるに上げたらサラダ油を少々ふっておくとよい。) |
| にんじん | 3cm | ③ | フライパンにオリーブオイルを少々しき、にんにくを香りが出るまで |
| にんにく | 1/2片 | | 炒めたら、ベーコン、野菜を炒める。 |
| オリーブオイル | 少々 | ④ | 野菜が炒まったら、麺を加えて、コンソメ・塩・コショウで味付けする。 |
| コンソメ粉末 | 少々 | | ★幅広のスパゲティです。給食では、ほうれん草の粉が |
| 塩 | 適量 | | 練りこまれている緑色の麺を使っています。 |
| コショウ | 少々 | | ※給食では、ゆでて冷凍になった業務用を使っています。 |