

## 給食レシピ紹介

たっぷりの大根おろしが、みぞれを連想させます。寒い時季に食べたい汁物です。



料理名		おろし汁	
材料	5人分	作り方	
豚もも肉こま切れ	100g	①	にんじんは薄いいちょう切り、長葱は小口切り、
にんじん	1/3本		こんにゃくは色紙切り、しめじはほぐしておく。
長葱	1/2本		なると巻は薄い小口切りしておく。
こんにゃく	1/4枚		大根は半分を薄いいちょう切り、半分はおろしておく。
しめじ	1/2パック	②	鍋にだし汁を沸かし、にんじん、大根、豚肉、こんにゃく
なると巻	1/3本		しめじ、なると巻の順に入れて煮る。
大根	250g	③	にんじんが煮えたら、長葱、おろした大根を加え、
醤油	大さじ1		ひと煮立ちさせる。
食塩	★ 小さじ1/2	④	★の調味料で味を整える。
和風だしの素	少々		☺給食では、こんにゃくを下ゆでし、くさみを取っています。
だし汁	750cc		☺鶏肉やかまぼこ、油揚げなどでもOK。