



4月の献立から、10日(木)に登場する「キムチ肉じゃが」を紹介します。

ピリッと辛いキムチがアクセントのひとあじ違った肉じゃがです。ぜひ作ってみてくださいね♪

【キムチ肉じゃが】

材料(小学生4人分)

- | | |
|-------------------|----------------------|
| ・豚肉(こま切れ) …140g | ・玉ねぎ(うす切り) …60g |
| ・料理酒 …5g(小さじ1) | ・にんじん(いちょう切り) …40g |
| ・サラダ油 …2g(小さじ1/2) | ・じゃがいも(1.5cm角) …180g |
| | ・糸こんにゃく(ざく切り) …30g |
| | ・厚揚げ(縦半分・1cm幅) …80g |
| | ・インゲン(2cm幅) …20g |
| | ・白菜キムチ …30g |
| | ◎こいくちしょうゆ …5g(小さじ1弱) |
| | ◎うすくちしょうゆ …5g(小さじ1弱) |
| | ◎さとう …3g(小さじ1) |

cookpad (クックパッド)

益田市公式キッチン に
給食レシピを載せているよ！
見に来てね♪



作り方

- ①野菜類は下ごしらえする。
- ②熱した鍋またはフライパンにサラダ油をひき、豚肉を入れ、料理酒を振って炒める。
- ③豚肉に火が通ったら、玉ねぎ・にんじん・じゃがいも・水を加えて煮る。
- ④糸こんにゃく・厚揚げ・インゲンを加え、さらに煮る。
- ⑤◎の調味料と白菜キムチを加えて、味がなじんだら完成。