

給食室だより No2

旬のさくらえびをかき揚げにしました。かき揚げも手作りで季節に合わせて材料をかえています。家庭でもお試しください。

5月9日(水)

かきたまうどん・牛乳・さくらえびのかき揚げ・おろし煮・グレープゼリー

「さくらえびのかき揚げ」

材料 1人分

さつまいも	20g
たまねぎ	30g
干しさくらえび	0.2g
小麦粉	20g
鶏卵	6g
水	適量
揚げ油	適量

作り方

- ・材料を混ぜあわせ、小麦粉を少量ふり入れる。
- ・小麦粉・鶏卵・冷水をさっくり混ぜあわせ衣を作る。
- ・材料に衣を加え、色よく揚げる。

おろし煮

※だいこんおろしにしょうゆを加え煮立てる。

(だいこん35g・しょうゆ3g)

