

給食室だより No3

6月14日より「サッカーワールドカップ ロシア大会」が始まります。ロシア料理が給食に登場しました。牛肉ではなく豚肉を使ったポークストロガノフとロシア風ポテトサラダのオリビエサラダです。

家庭でもお試しください。

6月14日（木）

ポークストロガノフ・牛乳・オリビエサラダ（ロシア風ポテトサラダ）

「オリビエサラダ」

材料 1人分

じゃがいも	70g
マヨネーズ	30g
赤パプリカ	5g
きゅうり	5g
ホールコーン	5g
ハム	6g
塩・黒こしょう	適量

作り方

- ・じゃがいも厚めのいちょう切り、蒸すまたは茹でる。
- ・きゅうりは輪切りにして、さっと茹でる。
- ・マヨネーズでハム、パプリカ、コーンを炒め、塩・こしょうする。
- ・じゃがいも、きゅうりを加えて混ぜ合わせる。

