



学校給食 レシピ

味付けきゅうり

かんたん！おいしい！ごはんがすすむ一品



ae - 2

材料<4人分>

きゅうり・・・2本

★調味料★

こいくちしょうゆ・・・大さじ1弱

みりん・・・小さじ1

ごま油・・・小さじ1



【一口メモ】

多めに作っておくと、朝ごはんの一品としても大活躍！

作り方

①きゅうりは、洗って5mm幅の輪切りにする。

②①を沸騰したお湯でさっとゆでる。
(レンジで1分程度でもよい)

③きゅうりが熱いうちに調味料であえて、冷蔵庫で冷やして味がなじんだらできあがり。

【給食献立】

ごはん ほっけの一夜干し 味付けきゅうり すき焼き煮

近江八幡市学校給食センター