



## 学校給食 レシピ

# 白菜のゆかりあえ

さっぱりしたあえ物でごはんが進む一品です！



ae - 13

### 材料<4人分>

白菜・・・1/8個分（約350g）  
ゆかり粉・・・小さじ1



#### 【一口メモ】

白菜の代わりにキャベツや大根を使ってもおいしいです。多めに作っておくと朝食のおかずにも便利です！

### 作り方

①洗った白菜を、白い部分は1cm幅、やわらかい葉の部分は、1.5～2cm幅に切る。

②沸騰したお湯に、先に白い部分を入れ、再度煮立ってきたら葉の部分を入れてゆがく。

③ゆがいた白菜をザルにあげて流水で冷ます。

④水気を切った白菜とゆかり粉をあえてできあがり。

#### 【給食献立】

ごはん とり肉と白ねぎの香味焼き 白菜のゆかりあえ  
かきたま汁 りんご

近江八幡市学校給食センター