



学校給食 レシピ

こあゆの甘酢がらめ

こあゆとさっぱりした甘酢が
よく合う一品です



ag - 4

材料<4人分>

こあゆ…100g
酒…小さじ1弱
片栗粉…35g
サラダ油（揚げ用）…適量
★甘酢★
砂糖…大さじ1
本みりん…小さじ1/2
濃口しょうゆ…大さじ1/2
酢…大さじ1/2



【一口メモ】

ゆずやレモンの果汁を使っても
さわやかで、おいしく仕上がります。

作り方

①こあゆに酒をかけて、しばらく漬ける。

②こあゆに片栗粉を付け、揚げる。

③甘酢の材料をすべて混ぜ合わせる。

④きつね色に揚がったこあゆに③をからめれば完成。

【給食献立】

ごはん こあゆの甘酢あんかけ 赤こんにんげんの煮物
豚汁

近江八幡市学校給食センター