



## 学校給食 レシピ

# のっぺい汁

とろみのあるあたたかい汁物です。



so - 6

### 材料<4人分>

A { 鶏もも肉…60g  
さといも…100g (2個)  
だいこん…80g (4cm)  
にんじん…20g (1/5本)  
干しいたけ…ひとつまみ  
青ねぎ…20g (6本)  
だし汁…700cc

B { こいくちしょうゆ…6g  
(大さじ1/2)  
うすくちしょうゆ…6g  
(大さじ1/2)  
片栗粉…12g (大さじ1)

写真は給食実施後掲載予定です

#### 【一口メモ】

具材はお好みのものを入れて、具たくさんにするとおいしいです。とろみがついているので冷めにくく、体も温まります。

### 作り方

①さといもは輪切り、だいこん・にんじんはいちょう切り、青ねぎは小口切りにする。

②鍋にだし汁を入れ、Aの材料を入れて煮る。

③具材に火が通ったら、Bの調味料で味付けする。水で溶いた片栗粉を加え、とろみをつける。

④青ねぎを加えてできあがり。

#### 【給食献立】

麦ごはん さわらの竜田揚げ  
こまつなのごまあえ のっぺい汁

近江八幡市学校給食センター