



学校給食 レシピ

パンプキンキッシュ

かぼちゃの甘みがいい！



ya - 5

材料<4人分>

☆フライパン1枚分☆
卵・・・3個
ウィンナー・・・3本
かぼちゃ・・・60g
しお・・・少々
コンソメ・・・小さじ1/2
こしょう・・・少々
油・・・適量



【一メモ】

給食では、オーブンで焼きますが、フライパンでも簡単に作れます。

作り方

①ウィンナーは、1cm幅の輪切りにする。

②かぼちゃは、1cm角に切りレンジでやわらかくする。

③卵、ウィンナー、かぼちゃ、調味料をよく混ぜ合わせる。

④フライパンに多めの油をひき、材料を流し入れて両面を焼く。＊片面が焼けたら、一度お皿に移してからフライパンに戻すと裏返ししやすいです。

【給食献立】

食パン パンプキンキッシュ ひじきと大豆のサラダ
チンゲン菜のスープ いちごジャム

近江八幡市学校給食センター