



## 学校給食 レシピ

# とり肉のマーマレード焼き

主食がパンでもご飯でもよく合うおかずです！



ya - 7

### 材料<4人分>

【材料】（4人分）

とりもも肉60～70g切り身  
・・・4枚  
マーマレード・・・20g  
白ワイン・・・小さじ1  
こいくちしょうゆ  
・・・小さじ2



【-ロメモ】

★マーマレードの代わりに、ゆずジャムやはちみつを使ってもおいしく仕上がります。

### 作り方

①とり肉に、合わせておいたマーマレード、白ワイン、こいくちしょうゆで下味をつける。

②①をフライパンで皮の面から1～2分くらい焼き、焦げ目がついたら返し、ふたをして中火で8分程度蒸し焼きにする。（または、アルミホイルに並べ、魚焼きグリルで10分程度焼く。）

【給食献立】

コッペパン とり肉のマーマレード焼き  
かぼちゃサラダ トマトスープ

近江八幡市学校給食センター