



学校給食 レシピ

丁字麩キッシュ

近江八幡市の特産品「丁字麩」の意外な使い方



ya - 6

材料<4人分>

ウインナー・・・3本(30g)
玉ねぎ・・・中1/4個(60g)
ほうれんそう・・・1/4束(60g)
丁字麩・・・4個
卵・・・4個
豆乳・・・60cc
コンソメ(顆粒)・・・小さじ1/3
塩・・・少々
こしょう・・・少々
サラダ油・・・適量

【お好みで】

とろけるチーズ・・・適量

写真は給食実施後掲載予定です

【一口メモ】

給食では毎月8がつく日を「はちまんの日」として、近江八幡市の地場産物や特産品などを献立にとりいれています。

「キッシュ」は卵と生クリームを使って作る料理です。丁字麩を加えることで、ふんわりと仕上がります。給食では豆乳を使っていますが、ご家庭では牛乳や生クリーム、チーズを加えるとさらにおいしくできます。

作り方

①ウインナーは輪切り、玉ねぎはみじん切り、ほうれんそうは長さ2cmに切る。丁字麩は小さく切る。

②溶き卵に豆乳、コンソメ、塩、こしょうを加え、混ぜ合わせる。丁字麩も加えて混ぜ合わせておく。

③フライパンに油を入れ、ウインナー、玉ねぎ、ほうれんそうを炒める。野菜が炒まったら、②を加え、混ぜ合わせる。(余熱で卵が半熟になるくらいまで)

④耐熱皿に③を入れ、お好みでチーズをのせてオーブントースターで10分焼く。

【給食献立】

コッペパン 丁字麩キッシュ キャベツのサラダ
トマトスープ

近江八幡市学校給食センター