

豚肉のあんからめ



給食の人気メニューの一つです。

和風、洋風、中華と
様々な調味料を使い、あんを作ります。

冷めてもおいしく食べられるので、
お弁当のおかずにも合いますよ。



材料		使用量（4人分）
豚肉（2 cm角切）		200 g
調味酒	} A	小さじ1
しょうゆ		小さじ1
しょうが		少々
片栗粉		適量
揚げ油		適量
ウスターソース	} B	小さじ2
砂糖		大さじ1と1/2
しょうゆ		小さじ1
中華スープの素		小さじ1
水		大さじ2
片栗粉		小さじ1/2
ごま油		小さじ1/2

<作り方>

- ①しょうがはすりおろしておく。
- ②豚肉にAで下味をつけ、片栗粉をまぶして170℃に温めた油で揚げる。
- ③Bの材料を鍋に入れ煮立たせる。水溶き片栗粉でとろみをつけ、仕上げにごま油を加える。
- ④③のたれに揚げた豚肉をからめる。

※本レシピは、学校給食をご家庭で作りやすい量・手順に調整し、掲載しております。

他のレシピもご覧になりたい方は、
岐阜市ホームページをご覧ください。



HP 番号
1003875