

【朝日中学校 1 年 塚田 将斗さん考案】(応募時の学年)



## 鶏ひき肉と大根のとろみスープ



＜メニューのポイント＞

(塚田さんより)

とろみをつけてより、おいしさを増して作っているところです。鶏ひき肉を使い、さらにうまみを出しました。

盛り付けをしっかりと、彩りをよくしました。

【材料 4 人分】

鶏ひき肉	200 g
大根	400 g
おろししょうが	小さじ 1
ごま油	大さじ 1
細ねぎ	適量
白いりごま	適量
酒	大さじ 4
塩	小さじ 2/3
しょうゆ	小さじ 2
鶏ガラスープの素	小さじ 1
水	800 c c
片栗粉	大さじ 2

A

【作り方】

- ① 大根は、皮をむき 1 c m 角に切る。
- ② 鍋にごま油を入れて熱し、鶏ひき肉とおろししょうがを入れて、中火で炒める。肉の色が変わったら、大根を加えてさっと炒める。
- ③ 水 800 c c を入れて煮る。沸騰後 A の調味料を入れて、弱火で 8 分ほど煮る。
- ④ 大根がやわらかくなったら、水溶き片栗粉を加え、とろみをつける。
- ⑤ 器に盛り、細ねぎ、白いりごまをちらして完成。

～食べた小・中学生からの感想～

・とてもおいしいスープでした。  
・もっとおかわりしたかったです！



提供した給食

＜小学校 4 月 14 日、  
中学校 4 月 13 日＞



阿見町立学校給食センター

