

給食では、松阪産の大豆を使用して作られた厚揚げを使用しています。



～3月の献立より～ちゃちゃもランチの日の給食メニュー！ 厚揚げのごまだれかけ

【材料】（4人分）		【材料】 ごまだれ	
厚揚げ	8個	三温糖	大さじ2
(3cm×3cm角)		こいくちしょうゆ	大さじ1
かたくりこ	小さじ4	みりん/酒	各小さじ1
揚げ油	適量	かたくりこ	小さじ1/2
		みず	小さじ1
		水	小さじ1
		白すりごま	小さじ2

【作り方】

- ① 厚揚げにかたくりこをまぶして、油で揚げる。
- ② 鍋に調味料を煮立て、水溶きかたくりこでとろみをつけ、すりごまを混ぜ合わせる。
- ③ ①の厚揚げに②のたれをかける。

