

人気レシピの紹介

給食のおすすめ料理や子どもたちに好評だった料理を紹介していきます♡

★珍珠丸子(チンジュワンス)★ 紅白で、お祝いの席の料理としてもどうぞ！

〈材料〉4人分

- ・豚ひき肉 120g
- ・玉ねぎ 100g
- ・塩/こしょう 少々
- ・しょうゆ 6g(小さじ1)
- ・片栗粉 6g(小さじ2)
- ・もち米 60g
- ・食紅赤 極少々



〈作り方〉 ※前日から作業あり

- ① もち米は洗って、一晩水につけておく。
紅白で作りたい場合は、もち米を半分に分けて、片方には食紅を溶かして一晩漬ける。一晩たったら、水気を切っておく。
- ② 玉ねぎをみじん切りに切る。
- ③ ボールに豚ひき肉、玉ねぎ、塩、こしょう、しょうゆ、片栗粉を入れてよくこねる。
- ④ ③を小さく丸めて、もち米をまわりにつける。(紅白別々につける)
- ⑤ 蒸し器で蒸すと完成。

※「珍珠」とは、中国語で「真珠」を意味し、「丸子」は「丸める」という意味です。肉団子の周りにもち米をつけて蒸した料理で、蒸したもち米が真珠に見えることから名前がつけられました。

※ビーフンサラダ※

つるつると食べやすい☆

炒め物のイメージが強いですが、
サラダもおいしいです！



〈材料〉4人分

- ・ビーフン 25g
- ・きゅうり 60g
- ・キャベツ 80g
- ・コーン(冷凍またはレトルト) 20g
- ・マヨネーズ 24g(大さじ2)
- ・塩 0.4g
- ・こしょう 少々

※ご家庭にあるお好きな野菜で構いません

〈作り方〉

- ① きゅうりとキャベツは千切りにそれぞれ切る。
- ② ①の野菜とコーンをさっと茹でて、冷水にとり水気をしっかりと絞る。
- ③ ビーフンはメーカーによってゆで時間が異なるので、袋に記載されている時間で茹でて、冷水にとり水気を絞る。
- ④ 調味料と②の野菜、③のビーフンを合わせて完成。

※保育園では、安全のためにサラダの野菜も加熱しています。

ご家庭では、生野菜で召し上がっていただいても、もちろんOKです。その場合、この調味料の量だと物足りないかもしれないので、お好みで量を調節してください。

♪ポン・デ・ポール♪

もちもち食感のドーナツです♡

ぜひお子さんと一緒に丸めてみてください



〈材料〉10人分

- ・白玉粉 120g
- ・ホットケーキミックス 120g
- ・絹ごし豆腐 120g
- ・豆乳 70g
- ・揚げ油 適量
- ・粉砂糖 15g
- ・きなこ 10g
- ・上白糖 4g

〈作り方〉

- ① 白玉粉、ホットケーキミックス、絹ごし豆腐、豆乳をボールに入れて、よくこねる。
- ② 一人2個計算で、小さいボール状に丸める。
- ③ ②を油で揚げる。
- ④ きなこと上白糖を混ぜておく。
- ⑤ 揚げたドーナツに、ひとつは粉砂糖、もうひとつはきなこをまぶして完成。

※お好みで、ココアパウダー、いちごパウダー、抹茶パウダーに変えると、いろんな味を楽しめます♪