

【給食レシピ】11月

## 大根のそぼろ煮



### 献立紹介 大根のそぼろ煮

＜材料 4人分＞

だいこん 450g  
にんじん 1/3本  
さといも 200g  
だし汁 200g  
鶏ひき肉 50g  
豚ひき肉 50g  
しょうが(すりおろす) 1かけ  
酒 大さじ1  
さとう 大さじ1  
しょうゆ 大さじ1強  
片栗粉 大さじ1/2  
水 大さじ1  
みりん 大さじ1  
塩 少々

＜作り方＞

- ① 大根・人参は皮をむき、1.5cm厚さのいちょう切りにする。里芋は4つ割にしてから一口大に切る。
- ② 大根を下茹でする。
- ③ だし汁にひき肉、しょうがを入れ煮る。人参・里芋を入れる。
- ④ ③に調味料と②を入れ、材料が柔らかくなるまで煮る。
- ⑤ 水溶き片栗粉を加え、とろみを付け、最後に茹でたグリーンピースを入れ仕上げ