

2月18日 (火)

昼食

おやつ



鶏味噌スパゲティ  
ポテトサラダ  
わかめスープ  
フルーツヨーグルト

おかかチャーハン

牛乳

鶏味噌をたっぷりとのせたスパゲティ  
子どもからも職員からも大人気のメニューです  
うどんなど、スパゲティ以外の麺にもよく合います。

#### ～レシピ紹介～

##### 《 材料・子ども5人分 》

スパゲティ 200g  
サラダ油 大さじ1  
鶏挽肉 200g  
長葱 1/2本  
生姜 1/2かけ  
味噌 50g  
砂糖 大さじ1  
酒 大さじ1  
片栗粉 大さじ1  
きゅうり 1本

##### 【 鶏味噌スパゲティ 】

##### 《 作り方 》

- ①長葱→粗みじん切り 生姜→すり下ろす  
きゅうり→千切り
- ②鍋に鶏挽肉・長葱・生姜汁と少量の水を入れてほぐしながら煮る。
- ③鶏挽肉に火が通ったら味噌・砂糖・酒を入れて味を付け  
片栗粉を倍量の水で溶き鶏味噌に回し入れてとろみをつける。
- ④スパゲティを茹で、油を絡める。
- ⑤麺の上に鶏味噌を盛り、上からきゅうりを散らす。

※きゅうりがない場合は青菜や隠元、浅葱などで代用できます。

