

「AZUMA 風だいこんスープ」

はま菜ちゃん料理コンクールで平成30年度に入賞した作品です。横浜市の小学生が考えたメニューです。

材料（4人分）

豚小間肉	60g
しょうゆ	小さじ1/3
じゃがいも	小1個（90g）
だいこん	4cm程度（90g）
キャベツ	葉1枚（50g）
長ねぎ	1/3本（30g）
にんにく	少々（1g）
白炒りごま	4g
ごま油	小さじ1/3
しょうゆ	小さじ2/3
酒	小さじ1
塩	小さじ1/2
こしょう	少々
ブイヨン+水	480cc～

作り方

- ① 野菜を切る。じゃがいも：7mmちょう、だいこん：7mmちょう
キャベツ：短冊、長ねぎ：小口、にんにく：みじん
- ② 鍋にごま油を入れ、弱火でにんにくを炒めて香りをだす。
- ③ 豚肉を加えて炒め、しょうゆをふり入れる。
- ④ ブイヨン+水を入れ、だいこんを入れて煮る。
- ⑤ だいこんに火が通ったら、じゃがいも・キャベツを入れて煮る。
- ⑥ 材料が煮えたら調味し、ねぎ・ごまを入れて、できあがり。



横浜産のだいこん・キャベツを使用しました。

【給食献立】

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・ピピンバ（肉）
- ・ピピンバ（野菜）
- ・AZUMA 風だいこんスープ

「沢煮椀（だいこん入り）」

ささがきごぼうのかわりにせん切りだいこんを使った季節限定の沢煮椀です。

材料（4人分）

豚肉細切り	36g
だいこん	2cm程度（50g）
にんじん	中1/5本（40g）
みずな	1～2株（40g）
長ねぎ	1/3本（30g）
えのきたけ	20g
しょうが汁	少々（1g）
しょうゆ	小さじ1
塩	小さじ1/3
片栗粉	小さじ1弱
だし汁	480cc～

【給食では、昆布・削り節で合わせだしを使っています。】

作り方

- ① 野菜を切る。だいこん：せん、にんじん：せん、みずな：3cm長さ
長ねぎ：小口、えのきたけ：3cm長さ
- ② だし汁を沸騰させ、豚肉を入れてアクをとりながら煮る。
- ③ にんじん・だいこんを入れる。
- ④ にんじん・だいこんが煮えたら、えのきたけを入れて調味する。
- ⑤ 片栗粉を水（分量外）で溶き、長ねぎを入れる。
- ⑥ しょうが汁・みずなを入れて、さっと煮て、できあがり。



【給食献立】

- ・麦ごはん
- ・牛乳
- ・あじのあんかけ
- ・ぶどう豆
- ・沢煮椀