

自校の特色ある献立

洗馬小学校

| | |
|--------|--|
| 献立名 | レタス春巻き |
| 由来 | ・全国的に有名な洗馬のレタスを利用し、子どもたちに郷土の代表的な食べ物のひとつとして、定着してくれる献立になってくれればという願いを込めて、学校給食に取り入れた。 |
| 特産物の利用 | ・洗馬のレタス |
| 活用方法 | ・ |
| レシピ | <p>材 料</p> <ul style="list-style-type: none"> ・春巻きの皮 1枚 ・豚ひき肉 20g ・干しいたけ 0.5g ・たけのこ 5g ・サニーレタス 10g ・にんじん 2g ・むきえび 5g ・もやし 5g ・しょうゆ 2g ・ごま油 1cc ・酒 0.5cc ・片栗粉 1.5cc <p>作り方</p> <p>干しいたけ、たけのこ、にんじんは、千切りにする。 むきえびは、小さく切る。 豚ひき肉と、 、 を混ぜる。 春巻きの皮に、サニーレタスを敷き、 をのせ巻いていく。 油でカラッと揚げる。</p> |