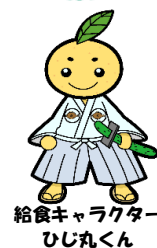


12月



豊後みそ



給食キャラクター
ひじれくん



この日の給食の 組み合わせ

ごはん
牛乳
豊後みそ
ちゃんこ鍋
みかん

材料（4人分）

—食材—	—分量—
豚ミンチ	100g
酒	大さじ1
ごぼう	5cmくらい
干ししいたけ	1枚
サラダ油	少々
味噌	40～50g
砂糖	大さじ2
みりん	大さじ1

作り方

- ①干ししいたけは水でもどしておく。
ごぼう・干ししいたけを2mmくらいのみじん切りにする。
- ②フライパンに油をひき、豚ミンチを入れ酒をふりかけて、パラパラになるまで炒める。ごぼう・しいたけも入れて炒め、火かげんを調節しながら火を通す。
- ③火を弱めて、みりん・砂糖・味噌を入れて、よく混ぜながら炒めて仕上げる。

コメント

ごはんの上のにのせたり、おにぎりの具としてもおいしい味噌です。豚ミンチなので、少しこってりした味になります。
お家にある味噌の塩気によって、使う量を加減して下さい。