

1月

松風焼



この日の給食の 組み合わせ

ごはん
紅白雑煮
松風焼

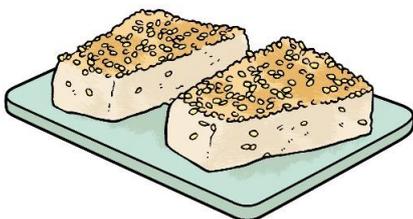
材料（4人分）

—食材—	—分量—
鶏ひき肉	300g
根深ねぎ	50g
しょうが（おろし）	3g
パン粉	15g
A 米みそ	大さじ2
三温糖	小さじ2
卵	1個
ごま	小さじ1

作り方

- ①根深ねぎは、みじん切りにする。
 - ②鶏ひき肉に①のねぎ、Aの調味料等を混ぜる。
 - ③クッキングシートをひいた鉄板に②のタネを薄く広げ、上からごまを全体にかける。
 - ④オーブンで210℃30分を目安に焼く。
 - ⑤焼けたら、少し冷まして4等分に切る。
- ※オーブンを使用しない場合
- ③俵型に成形して、上からごまを全体にかける。
 - ④油をしいたフライパンで両面しっかりと焼く。

コメント



調理のポイントなど

松風焼は、お正月に食べる料理です。給食では、ごまを代用しましたが、実際は表にケシの実（よくあんぱんの上ののっています）をまぶして「裏のない、隠し事のない正直な生き方ができるように」という意味があります。

