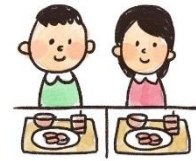


<学校給食 レシピ紹介>

豚肉のあんがらめ



【材料】 4人分

	豚もも肉 角切り	…180g
A	おろし生姜	…少々
	酒	…小さじ 1/2
	こいくちしょうゆ	…小さじ 1/2
	片栗粉	…大さじ 4
	揚げ油	…適量
B	水	…大さじ 1 と 1/2
	ウスターソース	…小さじ 1
	こいくちしょうゆ	…小さじ 1
	中華だし	…小さじ 1/4
	砂糖	…大さじ 1
	片栗粉	…小さじ 1/4

【作り方】

- ① 豚肉にAで下味をつけ、片栗粉をまぶして揚げる。
- ② Bの調味料を煮立て、水溶き片栗粉でとろみをつける。
- ③ ①の豚肉と②のあんをからめる。

★豚肉の代わりに鶏肉でもおいしく作ることができます。

★ごはんのすすむ人気メニューです。

※材料はすべて4人分です。

※学校給食のメニューを家庭向けにアレンジしています。