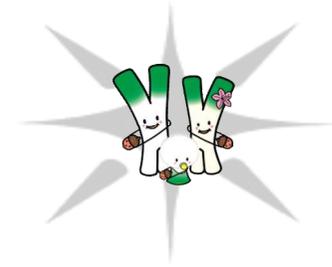




# 米子市学校給食 おすすめメニューレシピ



◎学校給食に登場する「郷土料理」や「行事食」、「旬の食べ物を使ったメニュー」や「児童生徒に人気のメニュー」などのレシピを紹介します。ぜひ、ご家庭でもお試しください。

## ★オニオンスープ★

※分量については、4名分で掲載しています。

材 料	分量(g)	備 考
ベーコン	20	
たまねぎ	130	
にんじん	30	
えのき茸	30	
さやいんげん	20	
コンソメ	5	固形1個
薄口しょうゆ	4	小さじ2/3
塩	少々	
こしょう	少々	
水	400	

### 【作り方】

- ① ベーコンは1cm幅に切る。たまねぎは5mm幅に切る。にんじんは千切りにする。えのき茸は石づきを落として半分に切り、ほぐす。さやいんげんはさつと茹で、2cmの長さに切る。
- ② 鍋にベーコンを入れ、弱火でじっくり炒め脂を出し、脂がのびる程度に分量外の少量の水を加え、たまねぎがきつね色になるまで中火で炒める。にんじんを入れてさらに炒め合わせる。
- ③ ②に水を加え、沸騰したらえのき茸を入れ、あくを丁寧に取りながら加熱する。コンソメと薄口しょうゆを加え調味し、塩こしょうで味を調える。
- ④ さやいんげんを入れてさつと火を通し色よく仕上げる。



春に収穫される新たまねぎをたっぷり使ったオニオンスープです。新たまねぎはみずみずしく、辛味が少ないため、やさしい甘みを感じられるのが特徴です。

