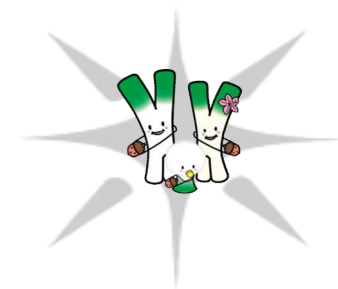


米子市学校給食 おすすめメニューレシピ



☺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。

★あごちくわのすまし汁★

※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
かつお節	10	
あご竹輪	30	
にんじん	30	
えのきたけ	40	
青ねぎ	20	
白ねぎ	70	
和風だしの素	0.8	小さじ1/5
薄口しょうゆ	14	大さじ1弱
塩	少々	
水	400	

【作り方】

- ① 鍋に湯を沸かし、かつお節でだしをとる。
- ② にんじんは千切りに、白ねぎと青ねぎは小口切り、あご竹輪は縦半分にしてから半月の薄切りにする。えのきたけは石づきを除き、縦半分に切ってほぐす。
- ③ ①のだしに、にんじん、白ねぎ、えのきたけ、あご竹輪の順に加え、灰汁を取りながら煮る。
- ④ 具に火が通ったら、だしの素、しょうゆを加え、塩で味を調整する。最後に青ねぎを加え仕上げる。



鳥取県の名産「あご竹輪」を入れたすまし汁です。
あご竹輪のうまみをたっぷりと感じられます。
米子市の特産品の白ねぎとの相性も抜群です！