

今日の給食

令和2年1月23日(木)



- ★ ジャコチャーハン
- ★ 牛乳
- ★ 豚肉のごまだれかけ
- ★ 華風和え
- ★ チンゲン菜のスープ



豚肉にかたくり粉をまぶします。



油で4分間、揚げます。



肉同士が、くっつかないように気をつけます。



ごまだれをからめて、出来上がり。

今日のひとこと

今日の給食は、豚のロース肉をぜいたくに使った、「ごまだれかけ」です。豚肉に下味をつけ、かたくり粉をまぶして油で揚げ、甘辛いたれをからめました。かたくり粉をまぶすことで、肉のうま味が外に逃げず、美味しさがアップして、口当たりもやわらかくなっています。