

# ふるさと給食



【献立の例】

- ★ 五目寿司
- ★ はまちの照り焼き
- ★ こじわり
- ★ 麩のすまし汁
- ★ 牛乳

[illegible]

### 《調理のポイント等》

- ・秋から冬に収穫できるだいこんを使った郷土料理です。報恩講や法事の時に食べられています。
- ・打ち豆は、保存がきき、火が通りやすく、だしがよくでるので料理にうま味やコクが加わります。
- ・味が染みこみ、やわらかくなるまでじっくり煮ます。食材は、大きめに切ると食べごたえがあります。
- ・水分が少ないため三温糖を入れたら混ぜて蓋をし、水分がでてくるのを待ちます。また、焦げ付かないように様子をみて時々混ぜます。