

# おすすめメニュー



## 【献立の例】

- ★ 有機玄米ごはん
  - ★ 豚肉と白菜のおろし煮
  - ★ 春雨の酢の物
  - ★ さつまいものゆかりんとう
  - ★ 牛乳



#### 《おすすめポイント・調理のポイント等》

- ・たれは冷めると固まるので、熱いうちに手早く混ぜ合わせます。
  - ・ゆかりがかかるまらないように全体にふるいながら入れます。
  - ・ゆかりが入るので、甘じょっぱい味つけになります。
  - ・新油の方がおいしく仕上がります。
  - ・さつまいもを15mmの太さに切ってさつまいものホクホクした食感を残したり、5mmの細さに切ってカリカリに仕上げたりなど切り方によって食感が変わります。