



『でかにんにくしょうゆのからあげ』



●材料 分量 (5人分)

鶏もも肉	250 g
塩	少々
でかにんにく	3.5 g
生姜	1.5 g
酒	4 g (小さじ1)
濃口しょうゆ	6.5 g (小さじ1強)
こむぎこ	17 g
でんぷん	17 g
油	適量

●作り方

1. でかにんにくと生姜をみじん切りにする。
2. 調味料と1を混ぜ合わせた調味液に鶏もも肉を20分以上つける。
3. 油を170℃に温める。
4. 小麦粉とでんぷんをまぜて衣を作り、2に衣をつけて油で揚げる。

●学校給食献立例



- ・麦ごはん
- ・でかにんにくしょうゆのからあげ
- ・ひじきの炒め煮
- ・すまし汁
- ・牛乳



でかにんにくは、普通のんにくの約5倍ほどの大きさがあります。給食では6～10月にかけて使用しています。



水巻町学校給食レシピ