

# 学校給食レシピ集

## 卒業リクエストメニュー ～ 豚汁 ～



### 【材料】 4人分

○豚肉	60g
○じゃがいも	50g
○ごぼう	30g
○大根	100g
○にんじん	30g
○長ねぎ	30g
○しらたき	70g
○木綿豆腐	100g
○味噌	大さじ1.5
○料理酒	小さじ0.5
○だし汁	650cc

### 【作り方】

- ① 具材を切る  
豚肉⇒食べやすい大きさに  
じゃがいも、大根、にんじん⇒短冊切り  
ごぼう⇒笹がき  
長ねぎ⇒3mm程度の斜め切り  
木綿豆腐⇒賽の目切り
- ② だし汁に料理酒、豚肉、大根、じゃがいも、ごぼう、人参を入れ、火が通るまで煮る  
この時あくが出たら取る
- ③ 具材が柔らかく煮えたら、しらたき、豆腐、長ねぎを加え、ひと煮立ちさせる
- ④ 味を見ながら味噌を溶き完成

どの世代にも人気の豚汁がリクエストメニューにランクインしました。  
身体も温まるので、寒い今時季に食べたくなりますね。  
じゃがいもを里芋やさつまいもに代えてもおいしいです。

