



今日の給食

令和2年11月2日（月）

今日の給食は、旬のさつまいもを使い、「スイートポテトカラメル」を作りました。さつまいもの甘さとピーナッツの食感が楽しめる料理です。家庭用に少しアレンジしたレシピをご紹介しますので、ぜひご家庭でも作ってみてください♪

<材料>

さつまいも

揚げ油

砂糖

濃口しょうゆ

本みりん

アーモンド（ダイス）

<4人分量>

中サイズ1本

適量

大さじ1

小さじ1

小さじ1

大さじ1

} A

<作り方>

- ① さつまいもはよく洗って、皮をむき、乱切りにする。ペーパータオルで水気を取る。（時間があれば、いもを約10分水にさらす）
- ② フライパンに油を入れて熱し、さつまいもを揚げて取り出す。
- ③ ②のフライパンの油を取り出し、油をペーパータオルでふき取る。Aの調味料を入れて煮詰める。
- ④ ③に揚げたさつまいもとアーモンドを入れてからめる。
- ⑤ タレが全体にからまったら、皿に盛り付けて出来上がり♪



<献立>

中華おこわ

牛乳

スイートポテトカラメル

ナムル

白菜スープ

