

簡単!すぐできる!

# 給食 レシピ

25

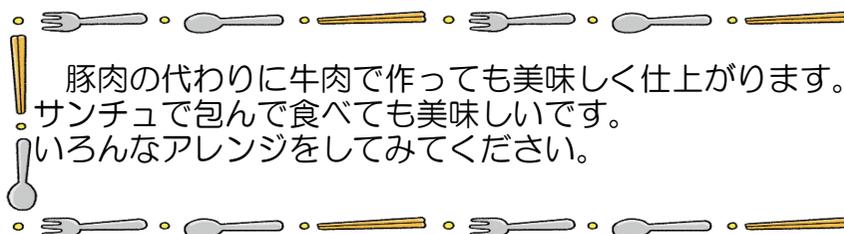
給食週間の  
献立

## 韓国風焼肉



### 材料 (4人分)

豚肉	250g	サラダ油	小さじ2
しょうが	1かけ	しょうゆ	おおさじ1/2
にんにく	1かけ	さとう	おおさじ1
しいたけ	1パック	赤みそ	小さじ1
たけのこ水煮	1/2パック	豆板醤	しょうしょう 少々
つきこんにゃく	1パック	酒	おおさじ1
		みりん	おおさじ1



豚肉の代わりに牛肉で作っても美味しく仕上がります。  
サンチュで包んで食べても美味しいです。  
いろんなアレンジをしてみてください。

### 作り方

- ①しょうがとにんにくはすりおろす。  
(チューブタイプのもので可)
- ②しいたけは薄切り、たけのこは食べやすい大きさに切る。
- ③フライパンにサラダ油をひき、しょうがとにんにくを炒める。
- ④豚肉を入れて、他の具材も加えていく。
- ⑤調味料を入れて炒めたら出来上がり。