



ご飯

おうちで作ろう!!
♪学校給食♪

豚キムチごはん



豚肉とキムチの相性は抜群で、
どこの学校でも大人気の一品
です！キムチは辛さをみて、
量を調整してください。



材料(4人分)

米 2合(300g)
しょうゆ 小さじ1

豚肉 80g
白菜キムチ(汁ごと) 100g
にんじん 1/4本
にら 1/3束
にんにく 1/2片
ごま油 小さじ1/2
しょうゆ 小さじ1
みりん 小さじ1
テンメンジャン 小さじ1/2

作り方

- ①米を洗い水に浸しておく。
- ②豚肉は2cm幅、白菜キムチは2cm幅、にんじんはせん切り、にらは1.5cm幅、にんにくはみじん切りにする。
- ③ごま油でにんにくを炒め、豚肉をよく炒め、にんじんも加えてさらに炒める。
- ④白菜キムチ(汁ごと)と、にらを入れて炒めたら調味料で味付けする。
- ⑤①の米の水をきり、炊飯器に米、しょうゆを加え、炊飯器の目盛りまで水を足し炊飯する。
- ⑥炊き上がったら、ごはん⑤と④の具を混ぜる。

令和6(2024)年度



立川市学校給食課