



ごはん・パン・麺

おうちで作ろう！！
♪学校給食♪

ジャージャー麺



市内の学校で人気を不動のものにしている、ジャージャー麺！夏は、せん切りのきゅうりをのせると彩りも良く、さっぱりとした味わいになります♪



材料(1人分)

蒸し中華麺	120g
油	適量
豚ひき肉	20g
たけのこ水煮	15g
にんじん	10g
たまねぎ	40g
干しいたけ	0.5g
ねぎ	8g
しょうが	1g
にんにく	0.5g
ごま油	適量
豆板醤	0.1g
赤みそ	7g
砂糖	2g
しょうゆ	3g
みりん	2g
中華スープのもと	1g
甜面醤	2g
オイスターソース	0.5g
水	20g
かたくり粉	2g

作り方

- ① 干しいたけは水で戻しておく。
たけのこ・にんじん・たまねぎ・干しいたけ・ねぎはあらみじん切りにし、しょうが・にんにくはみじん切りにする。
- ② ごま油で豆板醤を炒め、しょうが・にんにく・ねぎ・豚ひき肉・たけのこ・にんじん・たまねぎの順に炒める。
- ③ 水を加え、干しいたけを加えて煮る。
- ④ 調味料を入れて煮込み、味を調べ、かたくり粉でとろみをつける。
- ⑤ 蒸し中華麺を油で炒め、④の肉みそをかけてできあがり。

