

月見汁



材料（4人分）

白玉粉	100 g
水	90~100 g
にんじん	50 g
こまつな	1 株
ねぎ	1/2 本
しょうゆ	小さじ 1/2
塩	小さじ 1/2
酒	小さじ 1
だし汁	600 cc

作り方

- 1 ボウルに白玉粉を入れ、水を少しずつ加えながらこね、耳たぶくらいのかたさにし、20個のだんごに丸める。
- 2 鍋に湯を沸かして、沸騰したら白玉だんごを入れて5分ほどゆで、浮いてきたら水にとる。
- 3 にんじんはせん切り、ねぎは小口切りにする。
- 4 こまつなはゆでて水にさらし、2cmくらいに切る。
- 5 だし汁ににんじんを入れて煮立たせ、煮えたら調味料を入れ、ねぎ、白玉だんごを入れる。
- 6 こまつなをちらして出来上がり。

★だしのとり方★

1. 昆布（5cm）はさっと拭き、はさみで切りこみを入れ、3カップの水を入れた鍋に30分程度浸す。
2. 十分に水を吸ったところで鍋のふたをせず火にかける。
3. 沸騰直前、鍋の内側に細かい泡が出てきたところで昆布を取り出す。
4. 火を弱め削り節（2袋）を入れ、1分ほど加熱する
5. 火を止め、削り節が沈んだらこす。



ごはん

牛乳

ちくわの磯辺揚げ

切干しだいこんの煮物

月見汁

※給食では冷凍の白玉を使っています。
鶏肉を入れると美味しくなります。