



ポテトのマスタード照り焼き

☆☆おすすめポイント☆☆

じゃがいもは、水にさらさないほうがカリカリになっておいしいです。

照り焼き味の中に粒マスタードを入れたことで、酸味がプラスされ、おいしさがアップしています。



地場産食材
じゃがいも

※給食用に献立をアレンジしています。

【材料】(4人分)		【作り方】
じゃがいも	270g	① じゃがいもは1cmいちょう切りにし、水にさらす。フランクフルトソーセージは1cmの半月ななめ切り、たまねぎはせん切りにする。 ② じゃがいもは、からっと揚げる。 ③ オリーブ油を熱し、たまねぎ、フランクフルトソーセージを炒める。 ④ Aで調味し、煮る。 ⑤ ②を加えて混ぜる。
揚げ油	適量	
フランクフルトソーセージ	40g	
たまねぎ	40g	
オリーブ油	小さじ1	
A しょうゆ(こいくち)	小さじ2	
みりん	小さじ1/2	
粒マスタード	小さじ1	

【審査員のコメント】

マスタードを使った照り焼きは、今までにない味付けで、子どもが好む仕上がりになっています。じゃがいもをおいしく食べられる献立です。