



切り干しだいこん 切干大根のサラダ

材料 (給食の量の4人分)

- | | | |
|--------|------------|---------|
| A | ・切り干しだいこん | 10g |
| | ・きゅうり | 1/3本 |
| | ・にんじん | 約5mm程度 |
| | ・薄口しょうゆ | 小さじ1 |
| | ・さとう | 大さじ1/2 |
| | ・かつおだし(粉末) | 小さじ1/10 |
| | ・水 | 200ml |
| ・マヨネーズ | 大さじ1・1/2 | |



作り方

- ① 切り干しだいこんは水に戻して、2.5cm幅に切る。
- ② にんじん・きゅうりは千切りにする。
- ③ Aを鍋に煮立て、切り干しだいこんとにんじんを入れて、弱火で15分程煮る。
- ④ 切り干しだいこんとにんじんがやわらかくなっていたら、きゅうりを入れて、5~6分程煮る。
- ⑤ 火を止めて、鍋から野菜を取り出す。煮汁は切る。
冷めたらマヨネーズと和える。



給食で使用しているマヨネーズは、卵を使用していません。
卵アレルギーのある児童にも食べてもらえるように作っています。

