

作ってみませんか！

令和2年度 第2号

給食の味！

伊佐市立学校給食センター

令和2年5月21日(木)実施

ふわふわスープ



<材料>	4人分	<切り方>
ベーコン	50g	短冊切り
白ワイン	小さじ1/2杯	
塩・こしょう	少々	
サラダ油	適量	
玉ねぎ	120g	1/2に切ってスライス
にんじん	40g	いちょう3mm
じゃがいも	120g	角切り1.5cm
えのき	20g	食べやすい大きさに
ほうれん草(冷)	40g	生でも可、ざく切り
たまご	4個	} 混ぜ合わせる
パン粉	5g	
粉チーズ	18g	
薄口しょうゆ	小さじ2杯	
鶏ガラスープ(液)	35cc	粉でも可 分量は商品に合わせる
塩	少々	
水	適量	



ふわふわスープ

スープに浮かぶふわふわのたまごからその名がつけました。子どもたちにも人気の献立です。

たまごをふわふわに仕上げるコツは、たまご・パン粉・粉チーズをよく混ぜ合わせ、少しずつスープに加えることです。

<作り方>

1. 油を熱し、ベーコンを炒める。一緒に白ワインと塩・こしょうを加える。
2. 玉ねぎ・にんじん・えのきの順に炒める。
3. じゃがいもと水を加える。
4. 全体的に火が通ったら、調味をする。
5. たまごにパン粉と粉チーズを加え混ぜ合わせる。
6. 5の液をスープに少しずつ加える。
7. ほうれん草を入れて出来上がり！