

作ってみませんか！ 給食の味！

～令和5年 11月7日(火) 実施～

キムタクごはん

材料 (4人分)

ご飯 2合

豚バラ肉	60g
ごま油	適量
おろしにんにく	1cm程度
おろししょうが	1cm程度
白菜キムチ	50g
たくあん	50g
薄口しょうゆ	小さじ1
濃口しょうゆ	小さじ1



キムタクごはん

キムタクごはんの「キムタク」とは、「キムチ」と「たくあん」を使った混ぜご飯のことです。豚肉・白菜キムチ・たくあんを細かく刻み温かいご飯と混ぜ込めば完成です。

給食では、キムチの辛さをおさえるために、つぼ漬けを使用しています。酸味と甘味がマッチし、たくあんのポリポリとした食感は、子どもたちにも人気のメニューです。

<作り方>

- ① ご飯は2合炊いておきます。
- ② たくあんは、千切り。
豚バラ肉は、1cm幅に切ります。
- ③ フライパンを温め、ごま油を入れます。
- ④ 火を中火にし、豚バラ肉、おろしにんにく、おろししょうがを炒めます。
- ⑤ 肉の色が変わったら、キムチとたくあんを入れ、炒めます。
- ⑥ しょうゆを入れ、焦がさないように炒め、味見をします。
- ⑦ 温かいご飯と混ぜ合わせて完成です。

