


最優秀賞

令和4年度学校給食レシピコンテスト レシピ

学校名	鶴田町立 鶴田小学校	第6学年
氏名	赤石 歩希さん	
料理名	青盛・和チャウダー	

レシピ	【材料】(4人分)		【作り方】
	食品名	分量(g)	
	豚バラ肉	100	① 豚バラ肉は2cm幅に切る。 ② 人参・玉ねぎは1cm角に、長いものは1cm厚さの半月またはイチョウに切る。 ③ バターで順に玉ねぎまで炒め、しんなりしたら、長いも・ほたても加える。 ④ 小麦粉を加え馴染んだら、水を少しずつ入れ、和風だしを加え煮込む。 ⑤ 牛乳を加え、煮立ってきたら弱火で調味料を加え、仕上げにねぎを散らす。
	人参	50	
	玉ねぎ	200	
	バター	24	
	長いも	150	
	ベビーほたて	100	
	小麦粉	18	
	水	300	
	和風だし	8	
	牛乳	400	
	みそ	18	
	しょうゆ	18	
	塩		
	こしょう		
	万能ねぎ	4	
	【ひとことメモ】		【写真】
	❖青森県産品盛りだくさんのチャウダーです。 ❖長いもは、食感を楽しむために大きめに切るとよいですよ。		

※この用紙に記入された個人情報は、この企画以外の目的には使用いたしません。

◎このレシピ及び写真は、応募用紙を基に再現したものです。