

★さけのから揚げサンド

◆材料（4人分）

- ・コッパン こ : 4個
- ・とんかつソース てきりよう : 適量（仕上げにかける）

《さけのから揚げ》

- ・さけ（50g） きれ : 4切
- ※骨なしの方が食べやすいです！

- ・酒 こ : 小さじ1
- ・塩こしょう しよしよう : 少々
- ・かたくり粉 こ : 40g
- ・揚げ油 あぶら てきりよう : 適量

《キャベツのカレーソテー》

- ・キャベツ : 180g
- ・炒め油 いた あぶら てきりよう : 適量
- ・カレー粉 こ しよしよう : 少々
- ・塩こしょう しお しよしよう : 少々
- ・コンソメ しよしよう : 少々

◆作り方

- ① さけは下味をつけて、かたくり粉をつけて揚げる。
- ② キャベツは5mmに切り、油で炒め、調味料を入れて薄味に仕上げる。
- ③ コッパンにキャベツのカレーソテーとさけのから揚げをはさみ、とんかつソースをかけて出来上がり。



◆給食の献立例

さけのから揚げサンド 牛乳
はくさいスープ

*この分量は大量調理の場合のものです。

ご家庭では調整をお願いします。