

★きな粉大豆

◆材料（4人分）

- ・大豆（乾燥）：60g
- ・揚げ油：適量
- ・豆乳：小さじ2
- ・砂糖：小さじ1
- ・きな粉：5g

※ほんの少し塩を加えると甘さが引き立ちます。



◆給食の献立例

ごはん 牛乳
肉じゃがうま煮
ピリカウきゅうり
きな粉大豆

◆作り方

- ①一晩水につけた大豆を水きりし、低温の油でじっくり素揚げする。
- ②耐熱容器に豆乳、砂糖を入れ、レンジで加熱して砂糖を溶かす。
- ③大豆がカリッと揚がったら②の中に入れてからめ、きな粉をまぶす。

* 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。

高島市内学校給食センター