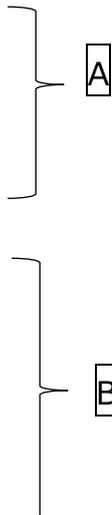


# ★とくにくのからあげ黒酢あん

## ◆材料 (4人分)

- ・とくにく : 300g
- ・酒 : 小さじ 1
- ・しょうゆ : 小さじ 1/2
- ・にんにく : 少々
- ・かたくり粉 : 約40g
- ・揚げ油 : 適量
- ・黒酢 : 小さじ 2
- ・三温糖 : 大さじ 1・1/2
- ・しょうゆ : 小さじ 1
- ・黒こしょう : 少々
- ・水 : 大さじ 2



◆給食の献立例  
 ごはん 牛乳  
 とくにくのからあげ黒酢あん  
 おかかあえ  
 たまねぎのみそ汁

## ◆作り方

- ①とくにくは一口大に切る。にんにくはすりおろす。
- ②とくにくに A の調味料とにんにくで下味をつけ、かたくり粉をつけて油で揚げる。
- ③ B の調味料を合わせ煮立たせてタレを作り、②を入れてからめる。

\*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