

副菜



おいしい給食レシピ

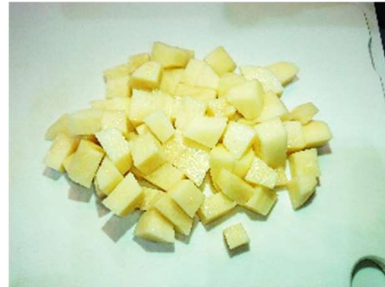
大豆とじゃがいもの磯香和え



| ざいりょう | にんぷん |
|-----------------|------|
| 材料 (4人分) | |
| ・乾燥大豆 | 50g |
| ・じゃがいも | 中2個 |
| ・片栗粉 | 適量 |
| ・揚げ油 | 適量 |
| ・しお | 少々 |
| ・青のり | 小さじ1 |

<作り方>

- ① 大豆は洗って水に浸し、一晩おいておく
- ② 大豆は水気を切る。じゃがいもは1cm角切りにする。
- ③ 大豆とじゃがいもに片栗粉をまぶして、180℃の油で揚げる。
- ④ 揚げた大豆とじゃがいもに、塩と青のりをまぶしてできあがり♪



- ・のり塩ポテトの味付けで、大豆が苦手な子でも美味しく食べられます。
- ・おやつやおつまみにもおすすめです。

