



主菜



白山を食べる給食レシピ

かたどうふ 堅豆腐のツナマヨグラタン



ざいりょう (4人分)

かたどうふ	1/2個	ピザ用チーズ	80g
しょうゆ	小さじ2	パン粉	おおよそ 大さじ1
酒	小さじ2	粉パセリ	しょうしょう 少々
ツナ缶(汁ごと)	しょうかん 小1缶		
たまねぎ	ちゅう 中1/2個		
マヨネーズ	おお 大さじ3		
プレーンヨーグルト	おお 大さじ1		
こしょう	しょうしょう 少々		

つく かた <作り方>

- ① 堅豆腐はグラタン皿にあわせて角切りにし、しょうゆ、酒をかけておく。
- ② たまねぎは、みじん切りにする。
- ③ たまねぎ、ツナ缶、マヨネーズ、ヨーグルト、こしょうを混ぜ合わせておく。
- ④ グラタン皿に①を入れ、上から③をかける。さらにピザ用チーズ、パン粉をかける。
- ⑤ オーブン210℃で20分、表面にこげ目がつくまで焼き、仕上げに粉パセリを振る。



地場産物紹介



主に白峰地区で作られている堅豆腐は、縄でしばってもくずれないかたさが特徴です。

堅豆腐のツナマヨグラタンは、白山市の中学生が考えたメニューで、給食ではとても人気があります。淡泊な味の堅豆腐にツナマヨを合わせることでコクのある味に仕上がります。