給食室から「こんにちは」～給食レシピの紹介～　　2024/9/27

# 豚小間の生姜焼き

| 材料名 | 1人分 | 4人分 | 目安 | 切り方 | 作り方 |
|---|---|---|---|---|---|
| 豚肉　小間切れ | 70.00 g | 280.00 g | | | ①フライパンに油をひき、しょうがを炒める。 |
| しょうが | 1.50 g | 6.00 g | 1/2片 | みじん | ②たまねぎ、豚肉を炒める。 |
| 玉ねぎ | 30.00 g | 120.00 g | 1/2個 | スライス | ③豚肉に火が通ったら調味料で味付けをする。 |
| | | | | | |
| サラダ油 | 0.70 g | 2.80 g | 小さじ1/2 | | |
| 並塩 | 0.20 g | 0.80 g | 少々 | | |
| こしょう | 0.01 g | 0.04 g | 少々 | | |
| 酒 | 1.10 g | 4.40 g | 小さじ1 | | |
| 濃口しょうゆ | 4.50 g | 18.00 g | 大さじ1 | | |

〇ポイント

・しょうが焼きは、ロースで作るのもおいしいですが、
　豚小間を使って作るのもおすすめです。