北中学校

# 麻婆豆腐と思いきや麻婆かぶ

## 材料（給食１人分）

| | |
|---|---|
| かぶ（ひと口大） | ８０ｇ |
| 豚ひき肉 | ４０ｇ |
| しょうが（おろし） | ０．５ｇ |
| にんにく（おろし） | ０．３ｇ |
| 砂糖 | ２ｇ |
| 赤みそ | ３．５ｇ |
| 豆板醤 | 少々 |
| オイスターソース | １ｇ |
| 顆粒中華だし | ０．５ｇ |
| 水溶きでんぷん（片栗粉） | 適量 |
| なたね油 | １ｇ |
| ごま油 | ０．５ｇ |

## 作り方

①フライパンに油を熱し、豚ひき肉、しょうが、にんにくを炒める。

②火が通ったらかぶを入れて炒め、調味料を加え、ごま油、水溶きでんぷんを入れて仕上げる。

※給食用に分量および作り方を一部変更しています。
※大量調理用の分量のため、ご家庭で作る際には量を調整してください。