

学校給食レシピ

令和2年4月

《磯香和え》



〈材料 4人分〉

小松菜(2 cm幅)	1/2 束(150 g)
もやし	120 g
醤油	大さじ1 と 1/2
焼き海苔(刻み)	4 g

〈作り方〉

※小松菜は茹でて、2 cmの長さに切り、水気をしぼる。

※もやしは茹でて冷まし、水気をしぼる。

材料を全て合わせ、醤油で味を整える。

小松菜はほうれん草にしてもおいしくできます。
海苔の香りがとてもよく、子どもたちからも人気のメニューです！