

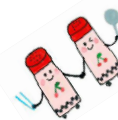
第17回ひのっ子シェフコンテスト

銅賞受賞作品

子ども審査員賞受賞



「なしカレー」



作り方



- ①お米をといでたく。
- ②お肉に玉ねぎこうじをもみこんでおく。
- ③さつまいもを一口大に切る
- ④梨を半分すりおろし、半分は細かく切る。
- ⑤玉ねぎ、れんこんを細かく切る
- ⑥なべに油をしき、肉を中までいため、玉ねぎを入れる。
- ⑦玉ねぎと肉を炒め終わったら、れんこんとさつまいもをいためる
- ⑧炒めたあとに800mlの水を入れてにこむ(20分)
- ⑨カレールウを入れてとかす(火を止めて)
- ⑩弱火でときどきかきまぜながら10分にこむ
- ⑪すりおろした梨をカレーに入れてまぜる
- ⑫お皿にカレーをよそって、きざんだたくあんと、パセリ、きざんだ梨を入れて完成！！

材料(4人分)

梨	1つ(400g)	カレー用豚肉	150g
さつまいも	400g	カレー粉(中辛)	半量(半分/1箱)
たくあん(黄/白)	20gづつ	水	800cc
れんこん	250g	油	大さじ1
玉ねぎ	1玉(300g)	玉ねぎ麴(自家製)	大さじ2
生パセリ	少々	米	2合

～私たちが考えました～

豊田小学校 四年生

まつお ゆうと
松尾 優斗 さん
みやま せいた
深山 晴太 さん

★日野産食材を使ったポイントは？
土方としそうが好きだった「たくあん」を使いました。



「ひのっ子シェフコンテスト」は、小学生を対象に学校給食で食べたいメニューを考案してもらい、食べることや食材の大切さを感じることで、食への関心を高め、心身共に健康な子どもを育てることを目的として毎年開催しています。