

# 給食レシピ

## ピリ辛焼肉丼（具）

### 材料（4人分）

豚こま肉	300g	☆	しょうゆ	大さじ3
油	小さじ1		酢	大さじ1
にんにく	1かけ		砂糖	大さじ2
しょうが	1かけ		みりん	大さじ1
長ねぎ	1/3本		ごま油	小さじ2
玉ねぎ	1/2個		豆板醤	小さじ1
にら	1/2束		すりごま（白）	小さじ2
			いりごま（白）	小さじ2

### 作り方

- ①鍋に、油を入れみじん切りにしたにんにく、しょうが、長ねぎを入れ香りが出たら、豚肉を炒める。
- ②①に玉ねぎ、にらの順に炒める。
- ③食材に火が通ったら、☆の調味料を入れ調味する。
- ④最後にすりごまといりごまを入れて完成。

保護者の方と一緒に作ってみて  
くださいね☆☆  
分量は、目安になりますので、調  
整してください。

