



主菜

# かば焼きのタレ



©富士宮市さくやちゃん

先日給食で提供し、好評だったメニューです。お好みの魚でお試してください。

## 材料(4人分)

小学校3・4年生の量です

- |       |        |
|-------|--------|
| • 酒   | 小さじ1   |
| • みりん | 小さじ2/3 |
| • 砂糖  | 大さじ2   |
| • 醤油  | 小さじ2   |
| (• 水  | 大さじ3)  |
| • でん粉 | 小さじ1/2 |

## 作り方

- ①みりんと酒を合わせ、一煮立ちさせる。
- ②砂糖と醤油を入れて弱火で熱する。
- ③必要に応じて水を加えて熱する。
- ④水溶き片栗粉を加えて十分にとろみが付くまで煮る。

※実際の学校給食レシピをご家庭で作りやすいように内容を一部アレンジしています。

## 献立例



- 牛乳
- ご飯
- 鰯のかば焼き
- ごぼうのソテー
- かきたま汁

