

今月のレシピ ～料理にチャレンジ!～

★あげパン★

11/28(東部) 11/29(西部) の給食に登場します

材料 (給食4人分のめやす分量です)

コッペパン	:	4こ
油	:	適宜
さとう	:	適宜



作り方

- ① フライパンにコッペパンの半分がつかるくらいに油をいれ、180℃に温める。
- ② コッペパンを①に入れ全体を揚げる。(カリッとしたものが好みの場合は長めに揚げてください)
- ③ ②の油をよくきって、あついうちにさとうをまぶす。きなこやシナモンをまぶしてもおいしくできあがります。

～ふるさと食材のご紹介 『メロン』～ 11月17日の給食に登場します!

メロンは、すいかやきゅうりと同じウリ科の仲間です。とても香り高く、ジュースで品のある甘さが特徴です。メロンの皮網目は、果肉が成長して大きくなる時に皮がはじけてヒビができ、そのヒビがかさぶた状になったものです。また、メロンは果肉の色の違いによって2種類に分けられます。果肉がオレンジ色のものを赤肉メロン、黄緑色のものを青肉メロンといいます。

