

今月のレシピ ～料理にチャレンジ!～

★ミネストローネ★

材料（給食4人分のめやす分量です）

ベーコン	：	2枚
じゃがいも	：	100g
たまねぎ	：	100g
しめじ	：	30g
にんじん	：	40g
トマト	：	40g
米粉マカロニ	：	12g
パセリ	：	少々
●油	：	適量
●料理酒	：	小さじ1/2弱
●コンソメ	：	小さじ1と1/2
●ケチャップ	：	大さじ1強
●三温糖	：	小さじ1/2強
●こい口しょうゆ	：	小さじ1/2弱
●食塩	：	少々
●こしょう	：	少々

5/22の給食に登場します（西部）

5/23の給食に登場します（東部）



作り方

- ① 米粉マカロニを袋の表示通りにゆで、少量の油をからめておく。
- ② ベーコンを5mm幅に切る。
- ③ じゃがいもとトマトは1.5cm角切り、たまねぎはうす切り、にんじんはいちょう切り、しめじは石づきを切り落としてからほぐしておく。
- ④ 鍋に酒をふったベーコンを入れ炒める。
- ⑤ ②を入れ、食材が浸るくらいまで水を入れて煮る。
- ⑥ 調味料を入れて煮込む。
- ⑦ 米粉マカロニを入れ、塩こしょうで味を調える。
- ⑧ 仕上げにパセリをふりかけて完成！

～ふるさと食材のご紹介 『お茶』～

甲賀市は、県内最大のお茶の産地で、滋賀県の生産量の約9割を占めています。新茶がとれるこの時期には、とても美しい茶畑の風景を見ることができます。お茶には、カテキンやビタミンCなどの健康に良い成分が豊富に含まれています。給食では、7日（東部）、29日（西部）の土山茶プリンと17日のホキのお茶揚げに使っています。おいしくいただきます。