



おすすめレシピ

忍ねぎのサラダ

給食で2/20に登場！
(東部・西部)

《材料》 (給食約4人分)

忍ねぎ	60g
キャベツ	120g
にんじん	40g
和風ドレッシング※	...	大さじ2

※各家庭のお好みの味付けでどうぞ！



《作り方》

- ① 忍ねぎは0.5cmの輪切り、キャベツ、にんじんは千切りにする。
- ② にんじんは、柔らかくなるまで水から茹で、水で冷やす。
- ③ 忍ねぎとキャベツは沸騰したお湯でさっと茹で、水で冷やし、水気を切る。
- ④ ②と③を和風ドレッシングで和えて、できあがり！



今月のふるさと食材

忍ねぎ

忍ねぎは、普通の白ねぎよりも太いのが特徴です。
甘みが強く、火を入れると、とろ〜りとした食感になります。
今月の給食では、忍者の日の特別給食にて、上記のレシピで使っています。
忍ねぎの甘さや食感を楽しみましょう！

