

全国学校給食甲子園  
優秀賞受賞献立!

# 豚カツアロニアソース GOSEN'S UNMEE KYUSHOKU



## 【材料（約4人分）】

- ・豚ヒレ肉・・・ <40g（4切れ）>
- ・塩・・・・・・・・・・・・ <少々>
- ・こしょう・・・・・・・・・・ <少々>
- ・酒・・・・・・・・・・・・ <小さじ2>
- ・米粉・・・・・・・・・・・・ <大さじ2>
- ・水・・・・・・・・・・・・ <50cc>
- ・パン粉・・・・・・・・・・・・ <大さじ2>
- ・揚げ油・・・・・・・・・・・・ <適量>

- A {
- ・アロニアジャム・・・ <小さじ2>
  - ・ブルーベリージャム <大さじ1>
  - ・レモン果汁・・・・ <小さじ1/2>
  - ・しょうゆ・・・・・・・・・・ <小さじ2>
  - ・赤ワイン・・・・・・・・ <小さじ2>
  - ・水・・・・・・・・・・・・ <小さじ1>

## 【作り方】

- ① 豚肉に塩・こしょう・酒で下味をつける。
- ② 米粉を水で溶き、①の豚肉にまぶす。
- ③ ②にパン粉を付け、油で揚げる。
- ④ Aを煮立てて、ソースを作る。
- ⑤ ③の揚げた豚カツに④のソースをかけて、できあがり。

豚肉によく合うソースです。  
豚カツのほかに、ソテーやゆでた豚肉に合います。  
ジャムの糖度を見て、お好みで砂糖を加えましょう。



給食&朝ごはんレシピを掲載中!ぜひ右のQRコードをご活用ください🌸



五泉のうんめえ給食

にこサポ

五泉市こども課  
LINE@