

献立名 阿多田ちりめん ^{こっこつ} 骨骨かき揚げ				
〈ひろしま給食メニュー認定基準〉 広島県産（瀬戸内海産）のちりめんじゃこを使用する。				
材料	分量 4人分	切り方	作り方	
ちりめんじゃこ	20g		① ボウルに天ぷら粉と塩を入れ、水を少しずつ加えながら混ぜる。 ② ①へ玉ねぎ、にんじん、わけぎ、ちりめんじゃこを加えて混ぜる。 ③ 170℃の油で両面がきつね色になるまで揚げる。	
玉ねぎ	3/4個	薄切り		
にんじん	1/5本	千切り		
わけぎ	3本	2～3cm		
天ぷら粉	60g			
冷水	適量			
塩	小さじ2/5			
揚げ油	適量			
				☆学校給食での活用 ・わけぎが旬でない場合は、ねぎで代用する。 ・天ぷら粉を使用しない場合は、小麦粉10g、でんぷん3g、卵6g、水12ccに置きかえてもよい。 ・阿多田産のちりめんを提供できない場合は、「広島県産」「瀬戸内産」「音戸産」など、ちりめんの産地名を付けて提供する。

※材料や分量などは各施設で調整し、学校給食に取り入れてください。