

## 10月の人気給食レシピ



### 『ポテトたこやき風』

#### 《一人分》

- ジャがいも 45g
- キャベツ 15g
- 青葱 5g
- ちくわ 5g
- 小麦粉 10g ・ベーキングパウダー0.2g
- 水 8cc ・鶏ガラスープ 0.5g
- たこ焼きソース・青のり 適量

#### 《作り方》

- ①ジャガイモは皮をむき茹でてしっかり潰す。
- ②キャベツは粗みじん切りにする。
- ③青葱は小口切りにする。

④ちくわは 1cm各位の大きさに切る。

⑤小麦粉にベーキングパウダー、鶏ガラスープ、水をさっくりと混ぜ合わせる。

⑥①～④を混ぜ合わせる。

⑦⑥に⑤を入れて、しっかりとなめらかになるように混ぜ合わせる。

⑧170℃～180℃のサラダ油に ⑦の生地を鶏つくねを作る容量でスプーンで丸くすくって落とす。全体がきつね色になるまで揚げる。

⑨揚がったら、たこやきソースと青のりをふりかける。

※ サラダ油をコップか何かに入れておき、生地をスプーンで落とす前に、その都度 スプーンをサラダ油に付けてからやると生地がスプーンか落とすやすくきれいな形に仕上がります。

※ ジャガイモが入っているのでもちもちして美味しいです。野菜嫌いな子も食べやすいおやつです。