

学校給食レシピ紹介



きな粉大豆



材 料 1人分

いり大豆	11g	
黒砂糖	3g	
水	1.2g	
きな粉	3g	} 合わせておく
食塩	0.01g	

*大豆は歯ごたえが楽しめるいり大豆を使用します。
黒蜜ときなこでコーティングされた大豆です。

6月は「歯と口の健康週間」もあり、噛むことを意識した献立を取り入れています。



つくりかた

1. フライパンに黒砂糖と水を加え加熱します。
(煮詰めないように気をつけてください。)
2. 素早くいり大豆を加え、全体にからませます。
3. 合わせておいたきな粉と塩を加え、全体に混ぜ合わせます。

Point

- 大量調理の量です。家庭では調味料や量の調整をしてください。
- お菓子感覚で食べられます。
- 福豆が余ってしまった時におススメのメニューです。