

学校給食レシピ紹介



切り干し大根サラダ



材 料 1人分

切り干し大根	4 g (洗って4、5 cmにカット)
にんじん	5 g (せん切り)
にら	3 g (2 cmカット)
ドレッシング (おこのみで)	8 g (給食では中華ドレッシングを使用)

※季節によって使用する野菜は変えています。

きゅうりやおき枝豆、大豆を入れても食感が変わって楽しいですね。

つくりかた

1. 切り干しだいこん、にんじん、にらの順にゆでます。
2. ゆであがったら、水気を切ります。
3. あたたかいまま、ドレッシングと和えて盛り付けます。

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。
- 給食ではあたたかいまま、配缶しています。
- ドレッシングはお好みでご使用ください。