

10月6日(水)【今日のおすすめレシピ】 パリパリサラダ

～パリパリサラダ(4人分)～

- ・ワンタンの皮 8枚 ・揚げ油 適量・キャベツ 200g ・人参・きゅうり・小松菜 各50g ・☆たれ～・油・ごま油 各小さじ1 ・しょうゆ 小さじ2 ・砂糖・塩・生姜汁 各少々
- ・ワンタンの皮を1cm幅にカットして、油でパリッと揚げます。野菜は加熱冷却します。
- 油～生姜汁までをあわせ、ドレッシングを作り、ワンタンや野菜と和えます。
- ・ワンタンの皮は餃子の皮でも代用できます。パリパリとした食感が美味しい一品です。

普通食



後期食



中期食



初期食



B部門 小学部 6年 給食の様子

パリパリサラダは、小学生に人気のメニューです。油で揚げたワンタンの皮が、パリパリと歯ごたえよく、そして香ばしい風味がして、どんどん食べたくなるようです。野菜が苦手な児童もこのサラダはよく食べます。中期食のサラダにも、一度油で揚げたワンタンの皮を煮たものが混ざっているので、油の風味がして、児童たちはニコリニコニコおいしそうに食べていました。