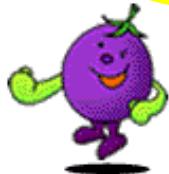




新献立

おいしい！たのしい！
摂津市給食レシピ！



鳥飼ナスくん



セッピィ

スコップコロッケ

令和6年10月24日の献立（材料は1人分）

[材料]

牛ひき肉	10g
豚ひき肉	10g
砂糖	少々
みりん	小さじ1/3
酒	小さじ1/3
薄口醤油	小さじ1/2
じゃがいも(男爵)	55g

たまねぎ	30g
パン粉	小さじ3
オリーブ油	小さじ1
サラダ油	少々
塩	少々
こしょう(白)	少々

[作り方]

じゃがいも…厚めのいちょう切り

玉ねぎ…粗みじん切り

A…砂糖・みりん・酒・薄口醤油

- ①じゃがいもは耐熱容器に入れふんわりラップをし
600Wのレンジで3分ほどやわらかくなるまで加熱する
- ②サラダ油を熱し、牛・豚ミンチを炒め、Aで味をつける
- ③②に玉ねぎを入れ炒め、①を入れ、塩・こしょうで調味する
- ④耐熱皿に③を入れ、パン粉を上にのせ、オリーブ油をかけ、
180°C10分のオーブンで焼く



スコップコロッケは普通のコロッケとは違い、丸めず油で揚げないコロッケです。給食では大きいバットに食材を並べてスチームコンベクションオーブンで焼き上げ、教室でスコップ（おたまなど）で一人分ずつ取り分けて食べます。

