



おいしい!たのしい!
摂津市給食レシピ!

新献立

石垣もち

(大分県の郷土料理)

令和3年11月12日の献立



鳥飼ナスくん



セッピー

〔材料〕 (材料は1人分)

小麦粉	15g
ベーキングパウダー	0.3g
片栗粉	1g
塩	0.3g
砂糖	9g
さつまいも	31g
水	6g

〔作り方〕

- さつまいも…皮をむき、1cmに角切りにし、水につけてアクを抜く
- ①小麦粉にベーキングパウダー、片栗粉を混ぜてふり、水と塩を加えて耳たぶぐらいにこねる。
 - ②①の中にさつまいもを加えひとつ50gぐらいに丸める
 - ③蒸し器で15分位蒸す

小学校給食では、コンベクションオーブンを使用して作ります

