

～ バンサンスー ～

学校給食 メニュー

《材料(4人分)》

乾燥緑豆春雨…15g
ハム……………2枚
きゅうり…………1/2本
にんじん…………約1.5cm
もやし……………100g
砂糖……………大さじ1/2弱
しょうゆ…………小さじ2
酢……………小さじ2
ごま油……………小さじ1
からし……………少量

} A

《作り方》

- ① 春雨は茹でて流水で冷やし、水気をよく切る。
- ② ハム、きゅうり、にんじんは、千切りにする。
- ③ 切ったにんじんともやしは、電子レンジで2分程度加熱し、水気をよく切り冷やす。
(加熱時間は機種によって調整してください。)
- ④ A を全てよく混ぜ合わせる。
- ⑤ 冷やした食材と④を混ぜあわせる。

給食で大人気のメニューです。
食材を千切りにすることで、春雨と一緒に野菜も
おいしく食べられます。

使用する食材によって味が変わるので、調整してください。