



## 給食レシピ

## 砂里芋のチーズつつみあげ

エネルギー 159kcal たんぱく質 5.7g 塩分0.8g

| 材 料   | 1人分  | 4人分  |
|-------|------|------|
| 砂里芋   | 30g  | 2個   |
| ベーコン  | 5g   | 1枚   |
| 炒め油   | 0.5g | 大1弱  |
| 塩     | 0.1g | 小1/2 |
| こしょう  | 少々   | 少々   |
| コンソメ  | 少々   | 1g   |
| チーズ   | 10g  | 40g  |
| 春巻きの皮 | 1枚   | 4枚   |
| 揚げ油   | 適量   | 適量   |

### 作り方

- ① 里芋は皮をむき、拍子切りにする
- ② ベーコンを細く切る
- ③ 里芋、ベーコンを油できっと炒め、塩、こしょう、コンソメで味付けをする
- ④ 春巻きの皮で③の具とチーズをつつむ
- ⑤ 油で④を揚げる。皮がきつね色になったら完成

### 料理の紹介

聖籠町の特産品、砂里芋を使った変わり春巻きです。砂里芋のもちっと、とろっとした食感が、チーズとベストマッチ！もちろん、チーズを抜いてもおいしくいただけます。給食では、「家でも作ってみたい！」という声が多数。子どもたちにレシピを配ると喜んでいました。