



じゃが芋と人参の素揚げ

20分

「おかわり♪」の声がどのクラスからも良く出るメニューです☆



☆この日の献立☆

- ホットドック
- じゃが芋と人参の素揚げ
- ツナサラダ
- ミネストローネ
- キウイフルーツ

季節によって、旬の野菜を揚げると美味しさが引き立ちます。

材料

じゃが芋	適量
にんじん	適量
油	適量
塩	少々

作り方

- ① じゃが芋とにんじんは皮をむき、食べやすい大きさに切る。
 - ② 熱した油で①を揚げる。塩少々をかけて食べる。
- ※切り方は、ポテトチップスのように輪切りやフライドポテトのようにスティック状にするなど色々変えると目先が変わります。南瓜、さつま芋、れんこん、ごぼうなどでも美味しいです。

