

【レバーとポテトのケッチャップ和え】(浦安市千鳥学校給食センター)

〈材料・分量・切り方など〉

材料	分量(1人分)	切り方など
豚レバー	25 g	
じゃがいも	35 g	
しょうが	適量	
酒A	小さじ1/3	
片栗粉	適量	
揚げ油	適量	
砂糖	小さじ2/3	
中濃ソース	大さじ1/2	
酒B	小さじ1/3	
トマトケチャップ	小さじ2/3	
しょう油	小さじ1/3	
味噌(赤)	小さじ1/3	
水	小さじ1	

〈作り方〉

- 1 しょうがはみじん切り、じゃがいもは大きめのさいの目(1cm角強)に切っておく。
- 2 豚レバーにしょうが、酒A、しょう油で下味をつける。
- 3 2に、でんぷんをまぶして、揚げる。
- 4 じゃがいもは、素揚げにする。
- 5 水を加熱し、砂糖、中濃ソース、酒B、トマトケチャップ、味噌(赤)を加えてソースを作る。
- 6 揚げた豚レバーとじゃがいもを、5で和えたら完成。

〈ポイント〉

* 調味料は、お好みに合わせて調節してください。