

学校給食
オリジナル

さん か い じ る 山 海 汁

★山海汁は、山でとれた菊とかぶ、海でとれたほたてとわかめを使った汁ものです。味付けをしょうゆ味にしてもおいしいですよ。



材料【4人分】

ボイルほたて	小12個
わかめ（乾燥）	4g
白 か ぶ	小4個
干 し 菊	1/10枚
煮 干 し	適宜
赤 み そ	大さじ2



【作り方】

- ① かぶはいちょう切りにする。
- ② 煮干しでだしをとり、かぶを煮る。やわらかくなったらほたて、わかめを加える。
- ③ ひと煮立ちしたら、みそで味付けをする。
- ④ 干し菊を加え、火を止める。