

学校給食  
オリジナル

# チンゲンサイと かぶのクリーム煮



★青森県のかぶは、皮が薄くて色白で鮮度がよいと全国的にも有名なんだよ！

## 材料【4人分】

ベーコン	40g
たまねぎ	1個
にんじん	1/2本
じゃがいも	中1個
チンゲンサイ	1株
かぶ(こかぶ)	6個
クリームシチュールウ	60g
生クリーム	大さじ1
サラダ油	適宜
塩	適宜
こしょう	適宜

## 【作り方】

- ① ベーコンは1cm幅に切る。
- ② たまねぎはうす切り、にんじん、じゃがいもは乱切りにする。かぶは皮をむき、4等分にする。チンゲンサイは2cm長さに切る。
- ③ 鍋に油を熱し、ベーコン、たまねぎ、にんじんの順に炒め、じゃがいもと材料がかぶる程度の水を加えて煮る。
- ④ にんじんが半煮えのところで、かぶとチンゲンサイを加え、野菜がやわらかくなったからクリームシチュールウを入れる。
- ⑤ 最後に生クリームを加え、塩、こしょうで味を整え、火を止める。