

学校給食のおすすめレシピ

ポテトとチーズの 春巻き

献立の組み合わせ<例>

- ・ 中華丼
 麦ごはん
 八宝菜
- ・ ポテトとチーズの春巻き
- ・ フルーツ杏仁豆腐
- ・ 牛乳



【材料】	※小学校中学年	4人分
春巻きの皮		4枚
ツナ（まぐろ油漬け）		50g
じゃがいも		120g（大きめ1個）
チーズ		50g
塩、こしょう		少々
小麦粉（のり付け用）		適量
揚げ油		



【作り方】

- ① じゃがいもは1cm角にきって茹でる。チーズもコロコロに切っておく。
- ② じゃがいも、油をきったツナ、チーズを混ぜ合わせ、春巻きの皮で包む。
包んだら、水溶きの小麦粉でしっかりのり付けしておく。
※隙間があいていると、油で揚げている間にチーズが溶け出てしまうので注意！
- ③ きつね色になるまで油でこんがり揚げると揚げる。
（中身を火が通っているので、皮がパリッと揚がればOK）

<給食センターからのひとこと>

変わりだねの洋風春巻きです。ケチャップマヨネーズを付けてもおいしい！
簡単に作るなら、冷凍のフライドポテト、スティック状に切ったチーズ、ツナ
（サラダチキンをほぐして入れてもおいしい）を包んでも作ることができます。