

# 「一宮町制120周年記念日」給食特別メニューレシピ



## 【当日メニュー】

- ・ご飯
- ・チキンソテートマトソース
- ・さつまいもサラダ
- ・トマトと卵のスープ
- ・一宮いっちゃんゼリー
- ・牛乳



### チキンソテートマトソース

#### <材料(4人分)>

- ・鶏もも肉切身 2枚
- ・白ワイン 大さじ1
- ・塩 少々
- ・こしょう 少々
- ・油

- ・トマト 200g (中1個)
- ・玉ねぎ 100g (中1/2個)
- ・にんにく 1かけ
- ・白ワイン 小さじ2
- ・トマトケッチャップ 大さじ3
- ・コンソメ 少々
- ・塩 少々
- ・こしょう 少々
- ・オリーブ油

#### <作り方>

1. 鶏肉1枚を半分に切る。
2. 鶏肉は白ワイン・塩・こしょうで下味をつける。
3. 鶏肉をフライパンまたはオーブンで焼く。
4. トマトは湯むきして角切り、玉ねぎ・にんにくはみじん切りにする。
5. フライパンにオリーブ油を入れ、にんにくを炒め、玉ねぎを入れしんなりするまで炒める。
6. トマトを入れ、白ワインを入れ煮詰める。
7. トマトケッチャップ、コンソメ、塩、こしょうで味をととのえる。
8. 焼きあがった鶏肉に、トマトソースをかける。

### さつまいもサラダ

#### <材料(4人分)>

- ・さつまいも 200g (中1個)
- ・にんじん 20g (小1/3本)
- ・きゅうり 60g (中1/2本)
- ・アーモンド スライス 15g
- ・バター 15g
- ・砂糖 小さじ2
- ・塩 少々
- ・ハーフマヨネーズ 大さじ3~4

#### <作り方>

1. さつまいもは皮をむき、いちょう切りにして蒸す。
2. にんじんはいちょう切りにしてボイル、きゅうりは半月切りで塩を少々ふっておく。
3. アーモンドは焦げないようにフライパンで煎る。
4. バターに砂糖を混ぜ、溶かしバターにする。
5. 材料をマヨネーズで和え、味をととのえる。

### トマトと卵のスープ

#### <材料(4人分)>

- ・にんじん 20g (小1/3本)
- ・玉ねぎ 100g (中1/2個)
- ・じゃがいも 80g (中1個)
- ・トマト 100g (中1/2個)
- ・ベーコン 2枚
- ・パセリ 少々
- ・卵 1個
- ・コンソメ 1個
- ・塩 小さじ1
- ・こしょう 少々

#### <作り方>

1. にんじんはいちょう切り、玉ねぎ・じゃがいもは角切り、トマトは湯むきにしてくし形に切る。
2. ベーコンは5mmくらいの幅に切り、パセリはみじん切りにする。
3. 卵を割りほぐす。
4. にんじん・玉ねぎ・じゃがいも・ベーコンを煮て調味し、卵・トマト・パセリを入れて味をととのえる。