

# じゃがいものしおそばろに

## 副菜



塩麴のうまみを活かした、肉じゃがとは一味違った甘めの煮物です。

塩麴は、給食センターでも魚の下味に使ったり、ねぎ塩だれにしたりと、味付けのポイントとなる調味料の一つです。

### 【材料】 大人 4 人分

豚ひき肉	80g
玉ねぎ	中サイズ 1 個
じゃがいも	中サイズ 2 個半
にんじん	小 1 本
さつま揚げ	80g
冷凍むき枝豆	25g
油	小さじ 1
砂糖	大さじ 1
塩麴(粒状)	30g
酒	大さじ 1/2
みりん	小さじ 1
醤油	小さじ 1
塩	少々
水	60g

### 【作り方】

- ① じゃがいもは皮をむき、食べやすい大きさにカットする。にんじんはいちょう切り、玉ねぎは薄切り、さつま揚げは角切りにする。
- ② 鍋に油、玉ねぎ、豚ひき肉を入れ炒める。
- ③ じゃがいも、にんじん、さつま揚げを加えてさらに炒める。
- ④ Aを加え、煮立ったら落し蓋をして弱火で 15 分ほどじゃがいもが柔らかくなるまで煮る。
- ⑤ 冷凍むき枝豆を加えて少し加熱し、仕上げる。

※枝豆はいんげんやスナップえんどうなどでも代用可能です。生の枝豆を使用する場合は、下茹でてから入れてください。