

# 給食メニューを

## 作ってみよう！



### たらの香味だれ

#### 材料（1人分）

たら	1切れ
塩	0.05g
酒	1g
しょうが	0.5g
青ねぎ	4g
りんごピューレ	6g
砂糖	2g
濃口しょうゆ	2g
みりん	1g
でん粉（同量水溶き）	0.3g
水	6g

#### 作り方

- ① しょうがはすりおろしみじん、ねぎは小口切りにする。
- ② 調味料・しょうが・ねぎを加熱して水溶きでん粉でとじ、たれを作る。
- ③ 魚に塩を振り、スチームコンベクションオーブンで焼く。
- ④ ③にたれをかける。

#### ※香味だれ

肉・魚・野菜など何にでも合い  
おいしくしてくれるたれです。

