

大人気！！キムチごはんのレシピ（4人分）

～材料～

- ・米2合
- ・にんじん【千切り】40g
- ・しょうが【みじん切り】少々（香りづけ程度）
- ・キムチ【短冊切り】100g（汁も使用）
- ・ぶた肉小間切れ100g
- ・ごま油適宜
- ・がらスープの素10g ※中華系の素であれば何でもOKです。
- ・砂糖小さじ1
- ・醤油小さじ2
- ・酒小さじ1

～作り方～

- ① 米を研ぐ。
- ② 野菜を切る。
- ③ ごま油でしょうがを炒め香りを出し、豚肉、野菜の順に炒めていく。
- ④ ③を研いだ米・水と混ぜ、調味料を加える。キムチの汁は好みで加減する。
- ⑤ 炊飯する。

【栄養士から】

百合台小学校で大人気の給食です。子どもたちや保護者の方からもレシピのご要望があるくらい人気です。

百合台小学校ではキムチの汁はほとんど使用していません。使用しすぎると辛くなってしまうからです。ご家庭では加減をしていただき、辛いものが好きな方は汁を入れていただくと辛味も味わうことができます。