

## 給食レシピの紹介 いなりビビンバ

〈材料（4人分）〉

- ・サラダ油 …………… 小さじ1/2
- ・にんにく（みじん切り）… 2g
- ・牛ひき肉 …………… 60g
- ・ぶたひき肉 …………… 60g
- ・酒 …………… 大さじ1/2
- ・にんじん（細切り） …… 60g
- ・油あげ（細切り） …… 30g
- ・大豆もやし …………… 120g
- ・にら（3cm） …………… 20g
- ・いりごま …………… 小さじ1
- A {
  - ・さとう …………… 小さじ2
  - ・しょうゆ …………… 大さじ1
  - ・コチュジャン …… 小さじ1/4
  - ・テンメンジャン …… 大さじ1/2



そばろの味で野菜もおいしく食べられるだリン☆また、油あげを入れて、豊川いなり風に工夫しただリン☆



〈作り方〉

- ① 牛ひき肉、ぶたひき肉に酒をふっておく。
- ② サラダ油を熱し、にんにくを炒めて香りを立て、ひき肉がポロポロになるように炒める。
- ③ にんじん、油あげを加えて炒め、Aで調味をする。
- ④ さっとボイルしたもやし・にらを加え、いりごまをふり仕上げる。