

給食レシピの紹介 ジャガイものたまごとじ

〈材料（4人分）〉

- ・ にんじん（いちょう切り） …… 100g
 - ・ たまねぎ（スライス） …… 200g
 - ・ ジャガイモ（さいのめ切り） …… 180g
 - ・ ウィンナーソーセージ（1cm） …… 80g
 - ・ むきえだ豆 …… 20g
 - ・ たまご …… 120g
- A {
- ・ さとう …… 大さじ1弱
 - ・ しょうゆ …… 大さじ1弱
 - ・ 洋風だし …… 小さじ1
 - ・ 水 …… 大さじ1
- ・ 塩 …… 少々
 - ・ こしょう …… 少々



ウィンナーソーセージを使った洋風たまごとじだりん☆。ジャガイモもたっぷり食べられるだりん☆



〈作り方〉

- ① Aの調味料を煮溶かし、にんじん、たまねぎ、ジャガイモの順に加えて煮る。
- ② ウィンナーソーセージ、むきえだ豆を加えて煮る。
- ③ 塩、こしょうをふり、味をととのえ、仕上げにたまごを流し入れてとじる。