

【学校給食レシピ紹介】

2018年4月掲載

レシピ名	じゃがいものチーズ焼き
エネルギー(1人分)	122kcal
材料 (4人分)	(4人分) じゃがいも・・・・・・中2個 とうもろこし(冷凍) ・40g プロセスチーズ・・・・20g 溶けるチーズ・・・・30g 牛乳・・・・・・・・・・大さじ1 バター・・・・・・・・・・12g 砂糖・・・・・・・・・・小さじ1 塩・・・・・・・・・・少々 こしょう・・・・・・・・少々 アルミカップ・・・・・・4枚
作り方	① じゃがいもは一口大に切って蒸し、粗目につぶす。 ② プロセスチーズは8mm角の大きさに切る。 ③ 溶かしバターに、①、②、解凍したとうもろこし、牛乳、砂糖、塩、こしょうを加え、混ぜ合わせておく。 ④ アルミカップにつぎ分け、溶けるチーズをのせ、オーブントースター等でチーズに焦げ目がつくまで焼く。
一言コメント (食材の栄養や、 作り方のポイント など)	<ul style="list-style-type: none">・岡山市の学校給食では、各地の特産物を使った料理を取り入れています。今回は、じゃがいも、バター、チーズなど北海道の特産物を取り入れました。・じゃがいもは、電子レンジを使って蒸すと簡単です。新じゃがいもの出回る時期に、ぜひお試しください。 