

## 給食レシピ♡こぎつねごはん



### 材料（4人分）

- 米 2合
- 油揚げ 60g
- きぬさや 20g
- うすくちしょうゆ 大さじ1
- 砂糖 大さじ1
- かつお出汁 0.5～1カップ

### 作り方

- ① お米を洗い固めに炊く。
- ② 油揚げを短冊切りにする。
- ③ きぬさやを斜め切りにする。
- ④ 鍋で出し汁を熱し、具材と調味料を入れ10分ほど炊く。  
(油揚げが水分を吸えばOK)
- ⑤ 炊きあがったご飯に具を混ぜ込む。