



東松山やきとり丼



東松山やきとりは、東松山市の名物料理です。やきとりというと、鶏肉を焼いたものを思い浮かべますが、東松山市のやきとりは、豚のカシラ肉を焼いたものです。辛みの効いた「みそだれ」をつけて食べるのも特徴です。ご飯が進む味です。ぜひご家庭でつくってみてください！

材料(4人分)

- ・白飯 適量
- 〔
- ・豚肉(小間) 240g
- ・料理酒 大さじ2/3
- ・植物油 少々(炒め用)
- ・たまねぎ 70g〔スライス〕
- ・にんにく 1g〔みじん切り〕
- ・しょうが 2g〔みじん切り〕
- ・根深ねぎ 40g〔みじん切り〕
- ・りんご 大さじ1・1/3〔すりおろし〕
- ・トウバンジャン 少々
- ・砂糖 小さじ1
- ・コチジャン 小さじ1/2
- ・みそ 大さじ1
- ・しょうゆ 小さじ1
- ・料理酒 小さじ1/2
- ・みりん 小さじ1/2
- ・ごま油 小さじ1
- ・いりごま(白) 大さじ1

作り方

- ①油を熱し、にんにく、しょうがを炒めて香りを出し、豚肉に料理酒をふりながら炒める。
- ②たまねぎ、ねぎを入れて炒める。
- ③調味料、りんごのすりおろしを入れて煮る。
- ④ごまを加えて、混ぜ合わせる。

※給食では、豚のカシラ肉ではなく、小間切れを使用しています。

※トウバンジャンは、辛さをみながらお好みに合わせて入れてください。



分量は、小学生6年生分量4人分で記載しています。
必要に応じて量を調整してつくってみてください♪