



# 給食室より



## 9月の郷土料理 福島県

### 給食

#### カレー焼きそば

会津若松市のご当地グルメでカレーのルーがかけられたソース焼きそばです。

#### ざくざく

さといも、にんじん、ごぼう、こんにゃくなどを角切りにして、出汁と醤油で味付けした汁物です。

#### 三春グルメンチ

ピーマンの出荷量が多い三春町のB級グルメで、ピーマンが入ったメンチカツです。



### おやつ

#### クリームボックス

厚切りの食パンに白いミルク風味のクリームを塗ったご当地の菓子パンです。

#### マラスダ

ハワイ州の名物として知られている揚げ菓子です。小麦粉、砂糖、卵、イーストなどを混ぜて発酵させた生地を揚げて、グラニュー糖をまぶして食べます。

### 世界のおやつ アメリカ

## 今月のおすすめレシピ

### 豆腐ドーナツ(約5個分)

《材料》

|            |        |
|------------|--------|
| 絹豆腐        | 100g   |
| ホットケーキミックス | 100g   |
| 黒ごま        | 小さじ1/2 |
| ごま油        | 小さじ1/2 |
| きな粉        | 15g    |
| 砂糖         | 15g    |
| 塩          | 1g     |
| 揚げ油        | 適量     |

《作り方》

1. ホットケーキミックスに絹豆腐を入れて混ぜます。
2. 黒ごま、ごま油を加えて混ぜ、生地をお好みの形にします。
3. 160℃程度に熱した油で揚げます。
4. きな粉・砂糖・塩を合わせたものをまぶして完成です。

