

## 杜仲とんカレー／西部学校給食センター

大仙市産のたまねぎと杜仲豚を入れたカレーはいつも以上においしく、学校でも好評です。  
麦ごはんを使用しています。

材 料（1人分）	作 り 方
<ul style="list-style-type: none"> <li>・杜仲豚・・・・・・・・29g</li> <li>・ぶどう酒・・・・・・・・1.3g</li> <li>・おろししょうが・・0.3g</li> <li>・おろしにんにく・・0.3g</li> <li>・オリーブ油・・・・0.6g</li> <li>・じゃがいも・・・・34g</li> <li>・たまねぎ・・・・・・・・35g</li> <li>・にんじん・・・・・・・・15g</li> <li>・カレールウ・・・・19.4g</li> <li>・オニオンソテー・・7.5g</li> <li>・すりおろしりんご・・7g</li> <li>・トマトケチャップ・・4g</li> <li>・ウスターソース・・・・0.6g</li> <li>・フルーツチャツネ・・0.3g</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>① じゃがいもは20mmの角切り、たまねぎは8mmのスライス、にんじんは8mmのいちよう切りにする。</li> <li>② 杜仲豚にぶどう酒をふりかけておく。</li> <li>③ オリーブ油でしょうが、にんにく、杜仲豚を炒める。</li> <li>④ たまねぎ、にんじんを炒めて、水を入れて煮る。</li> <li>⑤ 調味料・カレールウを入れて、完成。</li> </ol> <div data-bbox="699 1084 1417 1574" data-label="Image"> </div>