

【れんこん肉団子】

●材料（4人分）

- 鶏ひき肉 . . . 300 g
- れんこん . . . 150 g
- 卵 . . . 1/2 個
- パン粉 . . . 大さじ3
- 片栗粉 . . . 大さじ1
- 塩・こしょう . . . 少々
- しょうが（すりおろす） . . . ひとかけ
- いりごま . . . 適宜
- 油 . . . 適宜

【調味料 A】

- 醤油・砂糖・水 . . . 各大さじ3
- 酢 . . . 大さじ1
- 片栗粉 . . . 大さじ 1/2

【献立について】

れんこんのシャキシャキとした食感を楽しんでください。給食は甘酢だれですが、照り焼き味やチリソース味もおいしいですよ！ぜひ作ってみてください。

●作り方

- ① れんこんは皮をむいてみじん切りにする。
- ② ボウルに調味料 A 以外の材料を全て入れて粘りが出るまでしっかりとこねる。ひと口大に丸めたら、フライパンに油をひいて転がしながら焼く。
- ③ 鍋に調味料 A を合わせて煮立て、タレを作る。
- ④ ②と③のタレをからめ、いりごまをふる。

