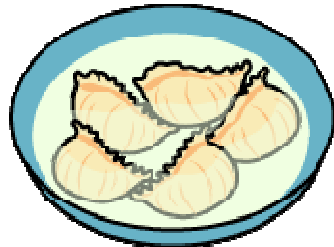


# 二葉くすのき保育園 レシピ通信 5月号

4月の献立の中から子どもたちに人気があったメニューをご紹介します♪

## インドサモサ (幼児)

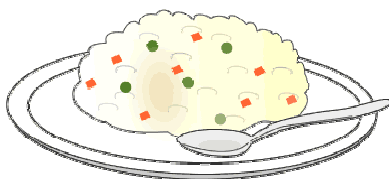
じゃが芋	・・・	中 1/2 個
豚挽肉	・・・	40g
玉葱	・・・	1/4 個
人参	・・・	1/4 本
塩	・・・	2g 程度
カレー粉	・・・	2g
餃子の皮	・・・	20 枚



1. 玉葱、人参はフードカッターで細かくみじん切りにする … ①
2. じゃが芋は茹でてつぶす … ②
3. 油を引き、豚挽肉と①を炒める
4. 塩、カレー粉を加え水分がなくなるまで炒める … ③
5. ②と③を混ぜ合わせ粗熱をとり、餃子の皮に包む …④
6. ④を揚げる。キツネ色になったら出来上がり

## ひじきチャーハン(乳児)

ごはん	・・・	1 人分
ツナ缶	・・・	10g
乾燥ひじき	・・・	0.5g
人参	・・・	10g
玉葱	・・・	15g
塩、油	・・・	少々



1. にんじん、玉葱をあらみじんに切る
2. ひじきを水で戻し、よく洗って短く切り軽く茹でる … ①
3. 人参、玉葱、ツナを油で炒め、①を加え、だし汁で煮る
4. 塩で味を整え、ご飯を入れる

※ ひじきは、ひじき缶（ドライパック）を使うと便利です♪