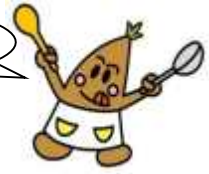


竹ちゃんのおすすめ料理

(2月)

つくってみてね!



【料理名】

ジャーマンポテトエッグ

竹原市では、「食事の準備のできる子の育成」をめざし、各学校で様々な取組を進めています。自分の住む地域の特徴を知り、郷土愛や地域の人々への感謝の心を育むように、学校給食での地場産物の活用を進めています。

竹原市が行う料理コンテストで、おすすめ朝ごはん料理を募集したところ、ジャーマンポテトエッグが小学校の部で最優秀賞に選ばれました。

パンにもごはんにも合う料理です。あまったら、パンにはさんでマヨネーズをかけて食べるのもおすすめです。

作ってみませんか! ?

食品名	分量 (4人分)	作り方
じゃがいも	3個	① じゃがいもは1cmくらいのせん切り、ベーコンとピーマンは細切りにする。 ② じゃがいも耐熱皿に入れ、レンジで加熱する。 ③ フライパンに軽く油をひき、ベーコンを炒め、次に②とピーマンを加えて炒める。 ④ 塩・こしょうとバターを加えて味をつけ、割ってほぐした卵を上からかける。 ⑤ ふたをしてむらし、卵に火が通ったらできあがり。
ベーコン	200g	
ピーマン	2個	
卵	3個	
バター	大さじ1	
塩	少々	
こしょう	少々	
油	少々	