

竹ちゃんのおすすめ料理

つくってみてね！



竹ちゃん給食

【料理名】 かぐや姫ずし

【コメント】

竹原市ならではのおすしです。

たけのこや竹原産の牛肉・米を使っているので、「かぐや姫ずし」と名付けられました。

作ってみませんか！？

食 品 名	分 量 (4人分)	作 り 方
精白米	2 合	1 ごはんは固めに炊き、酢飯にする。
さとう	大さじ 2	2 しょうがは、みじん切りにする。
酢	大さじ 2	3 牛肉は細切り、たけのこににんじんはせん切りにし、調味料で煮る。
塩	小さじ 1/3	4 たまごは炒り卵か錦糸卵にする。
牛肉	100g	5 さやいんげんは、ゆでて斜めせん切りにする。
ゆでたけのこ	100g	6 酢飯と③をまぜてお皿に盛りつけ、上に④⑤をかざる。
にんじん	1/3 本	
しょうが	2g	
しょうゆ	大さじ 1	
さとう	小さじ 1	
みりん	小さじ 1	
酒	小さじ 1/2	
たまご	2 個	
油	小さじ 1	

さやいんげん	4本	
--------	----	--

かぐや姫ずし