

大いちょう汁 レシピ

宇都宮市のシンボルである「大いちょう」をイメージして、いちょう切りにした大根やにんじんを入れた汁物です。

だしのうまさがい立つ、しょうゆ味の汁物です。

【できあがり】



【材料】	4人分
鶏もも角切り肉	100g
かまぼこ	40g (1/6本)
小松菜	40g (1株)
大根	80g (3cm分)
にんじん	28g (1/5本)
ねぎ	24g (7cm分)
しょうゆ	18g (大さじ1)
塩	1.2g (少々)
酒	4g (小さじ1)
みりん	4g (小さじ1弱)
かつお節	8g
水	560ml

【作り方】

1. にんじん、大根、かまぼこは、いちょう切りにする。ねぎは小口切り、小松菜は2cmに切る。
2. 鍋でかつお節のだしをとる。
3. 鶏肉を入れる。大根、にんじんを加える。
4. かまぼこを入れる。
5. しょうゆ、塩、酒、みりん で味付けをする。
6. 最後にねぎ、小松菜を加える。

給食では、特注のいちょうの形をしたかまぼこを入れていますが、ご家庭では、手に入りやすいかまぼこを使ってね。



ちょっと一言

宇都宮市は、太平洋戦争の末期に空襲を受け、市街地の大半が消失しました。大いちょうも黒焦げになってしまいましたが、翌年の春には芽吹き、復興のシンボルとして人々の心の支えになりました。

給食で
愉快だ
宇都宮

UTSUNOMIYA

本市の学校給食レシピを「クックパッド」で発信中。

アドレス <https://cookpad.com/kitchen/14312506>

QRコード (スマートフォン
タブレット用)

