

# 9月2日(金)

## だいずもやしのみんち

アレルギー対応食  
ホキのからあげ



いかのからあげ

ごこくごはん

とうがんスープ

きょうの給食メモ

## いか<sup>からあげ</sup>唐揚げ

いかは、揚げ過ぎてしまうと、ゴムのような食感になってしまうため、<sup>ちょうど</sup>丁度よいころ合<sup>あ</sup>いで揚<sup>あ</sup>げることが大切<sup>たいせつ</sup>です。

しっかりと中心<sup>ちゅうしん</sup>まで温度<sup>おんど</sup>を上げますが、硬<sup>かた</sup>くなる前<sup>まえ</sup>に油<sup>あぶら</sup>からあげています。

いかの切り身<sup>き</sup>は、1人<sup>ひとり</sup>1切れ<sup>ひとき</sup>にはせず、短冊<sup>たんざく</sup>切りにしたことで、一人<sup>ひとり</sup>分の量<sup>りょう</sup>の調節<sup>ちょうせつ</sup>がし易<sup>やす</sup>くなりました。

いかは、水分が多く  
油がバチバチとはねるので、  
揚げるときは細心の注意を  
払います。

