



令和7年度 学校給食協会賞(小学生の部)



じゃがいもの焼き肉のたれ風炒め

☆☆受賞者のおすすめポイント☆☆

市販の「焼肉のたれ」の味を、しょうゆ、砂糖、みりん、酒などの調味料や、すりごま、ごま油を使って再現しました。味が濃いので、ご飯のおかずにとぴったりです。



地場産食材
じゃがいも

※給食用に献立をアレンジしています。

【材料】(4人分)		【作り方】	
豚ひき肉	60g	① しょうがはみじん切り、じゃがいもは2cm角切りにし、水にさらす。青ねぎは小口切りにする。	
しょうが	少々		
ガーリックパウダー	少々		
サラダ油	小さじ1		
じゃがいも	300g		
青ねぎ	4g	② サラダ油を熱し、しょうが、豚ひき肉、ガーリックを炒める。	
すりごま	小さじ1		
A	砂糖	大さじ1	③ あく、油をとり、じゃがいもを入れ、炒める。
	みりん	大さじ1/2	
	酒	大さじ1/2	
	しょうゆ(こいくち)	大さじ1	
ごま油	小さじ1	④ Aで調味し、じゃがいもを煮る。 煮えにくい場合は水(分量外)を少量加える。	
		⑤ 青ねぎ、すりごま、ごま油を加えて、混ぜる。	

【審査員のコメント】

焼き肉のたれの味が再現されており、味付けがじゃがいもに合っています。肉じゃがのような感じで美味しく、じゃがいもの甘みがよく引き出されていて、ご飯がすすみ、満足感があります。