

チキンチキンれんこん

岩国れんこんを使用した山口県学校給食の定番メニューです。

【材 料】(4人分)

鶏肉	160 g	
れんこん	100 g	
かたくり粉	適量	
揚げ油	適量	
A	砂糖	大さじ 2/3
	しょうゆ	大さじ 2/3
	みりん	大さじ 1/2
	酒	大さじ 1/3
	水	大さじ 1
白いりごま	小さじ 1	



<作り方>

- ① れんこんは、7mm 幅のいちよう切りにして、水にさらし、水気を取り、かたくり粉をつけて油で揚げる。
- ② 鶏肉は、一口大に切り、かたくり粉をつけて油で揚げる。
- ③ A を鍋で熱し、たれをつくる。
- ④ ③に、①と②を加えて混ぜ合わせ、白いりごまをふる。



住吉学校給食センターでは、約 2,000 人分を調理しています。

鶏肉約 90 kg、れんこん約 60 kg を
フライヤーで揚げます。

1 釜で約 700 人分の調理をします。

