

## 7月のおすすめメニュー(小学校 12日、中学校 19日) ☆三

- ・牛乳 ・ジューシー
- ・ゴーヤチャンプルー
- ・もずくスープ
- ・サーターアンダギー

サーターアンダギーは沖縄のお菓子です。縁起の良いお菓子といわれていて、沖縄では結婚式やお祝い事でふるまわれます。

「ジューシー」(沖縄風炊き込みご飯)や「ゴーヤチャンプルー」と組み合わせた沖縄料理の給食は、子どもたちに好評でした。



### 「サーターアンダギー」 (4人分)

#### 【材料】

小麦粉	50g
ベーキングパウダー	1.5g
卵	1/2個
砂糖	大さじ3
油	小さじ1/3
刻みピーナッツ	15g
白いりごま	10g
揚げ油	適宜

### レシピを紹介!

(作り方)

- ① 小麦粉とベーキングパウダーを混ぜてふるう。
- ② 卵を割り、砂糖・油・ピーナツ・ごまを混ぜる。
- ③ ②に①を入れてさっくりと混ぜる。
- ④ ③を丸めて150～160℃に熱した油で揚げる。

※卵・ピーナツ除去食のレシピも公開中。

詳しくは「アレルギー対応について」をご覧ください。

パクっとわれると本格的なサーターアンダギーになるよ。  
低めの温度でじっくり揚げよう。

