

おいしい学校給食

人気メニューのご紹介

クラムチャウダー(アメリカ)

■材料 (フライパン1枚分)

あさりむき身缶詰 (小)	1缶 (90g)	ミックスベジタブル	100g
ベーコン	2枚	マッシュルーム	小1缶
玉ねぎ	1/2コ	白ワイン	大1
バター・油	各大1	生クリーム	100cc
小麦粉	大1	塩	少々
スキムミルク	大2	こしょう	少々
牛乳	400cc	パセリのみじん切り	少々
じゃが芋	2コ	クラッカー	4枚

■作り方

- ① ベーコンは1cm幅に、玉ねぎとじゃが芋はサイノメに切る。
- ② スキムミルクを100ccのお湯で溶いておく。
- ③ 厚手のナベにバターと油を熱し、ベーコンと玉ねぎを炒める。
- ④ 玉ねぎが透き通ってきたら、小麦粉を振り入れてよく炒める。
- ⑤ ダマにならないようにかきまぜながら、牛乳と2を加えてのばして、ルウを作る。
- ⑥ 別の鍋で、じゃが芋をやわらかくなるまで茹でる。
- ⑦ 5に茹でたじゃが芋とミックスベジタブル、マッシュルーム、あさりを煮汁ごと加える。
- ⑧ 白ワインと生クリーム、塩、こしょうで味を調える。
- ⑨ 器によそい、パセリのみじん切りをちらし、クラッカーを砕いてのせて、出来上がり。

