

# 学校給食のおすすめレシピ(令和元年度)

5月10日(金)の献立

ピースご飯      竹輪のお茶の葉揚げ  
即席漬け      若竹汁      牛乳

磯辺揚げの要領で「青のり」を「粉茶」と「抹茶」に変えて作ります。

給食では八女産のお茶を使いました。



今年の八十八夜は5月2日でしたね。

この日に摘んだお茶を飲むと長生きするという言い伝えもあります。



## 竹輪のお茶の葉揚げ

### 《 材料 5人分 》

(材料/切り方) (正味重量) (めやす等)

竹輪	5本	
抹茶	0.5g	小さじ1/4
粉茶	2g	小さじ1
薄力粉	30g	大さじ3強
でんぷん(片栗粉)	10g	大さじ1
水	50cc	1/4カップ
揚げ油	適宜	

### 《 作り方 》

- ① 竹輪は斜め半分にカットする。 
- ② 衣の材料をすべて混ぜ合わせる。
- ③ 竹輪に衣をつけ、170~175℃の油で2~3分揚げる。焦げやすいので注意する。
- ④ 網の上で油を切る。