

大曲八王寺保育園 誕生日会 ～野菜たっぷりビビンバ～



6月21日(水)は誕生日会。メインのメニューは子どもたちの大好きな野菜たっぷりビビンバです。辛くない味付けなので、小さいお子さんも喜んで食べられます。



材料

【大人2人、子ども2人分】

米	2合
しょうが	1かけ
豚ひき肉	200g
にんじん	1/3本
☆みそ	大さじ1と1/2
☆三温糖	大さじ2
☆酒	大さじ1/2
なたね油	小さじ1
コーン缶	25g
きゅうり	1本
もやし	130g (小1袋)

【作り方】

- ①しょうがはみじん切り、人参はせん切りにする。
なべに油を熱し、しょうが、挽肉、人参を炒める。
- ②火が通ったら、みそ、三温糖、酒を加えて
煮詰めて肉みそを作る。コーンを加える。
- ③きゅうりはせん切りにしてゆで※、もやしもゆでて冷ましておく。
- ④材料をすべて混ぜ、ご飯にかけて出来上がり。



※園では、食中毒予防のため野菜を加熱して提供しています。

