

カオナーガイ



- * 料理分類・・・主菜
- * 調理分類・・・炒め物
- * 主材料・・・鶏肉
- * 使用機器・・・ガス回転釜
- * 調理時間・・・約25分

◆材料◆ 30人分

<材料>	<分量>	<切り方>
● とり混合肉	1200 g	
● 油揚げ	210 g	0.5cm幅
● たけのこ	300 g	短冊切り
● 青ねぎ	90 g	小口切り
● 干しいたけ	30 g	千切り
● オイスターソース	30 g	
● 砂糖	30 g	
● 酒	15 g	
● 米酢	30 g	
● こいくちしょうゆ	90 g	
● こしょう	1.5 g	
● でんぷん (馬鈴薯精製澱粉)	30 g	
● 鶏ガラスープ	150 g	
●なたね白絞油	15 g	

※赤字で表示されている材料は、大阪府学校給食会取り扱い商品です。

◆作り方◆

- ① 干しいたけは洗って戻し、千切りにする。油揚げは縦に2本切り目を入れて切り、熱湯で油抜きする。
- ② 釜を熱し、油を入れ鶏肉を炒める。火が通ったらたけのこ、油揚げ、干しいたけを入れて炒めスープを加えて調味し、煮る。
- ③ 火が通ったら、青ねぎ、水溶きでんぷんを加えて仕上げる。