



おうちで作ってみよう!



# ちくわのかば焼き

<材料>

竹輪	1本
片栗粉	大さじ1
サラダ油	適宜
砂糖	小さじ1と1/2
しょうゆ	小さじ1と1/2

お弁当にもおすすめ。

白いご飯にあいます。最後にお好みでごまを振ってもおいしいです。保育園では、かみかみメニューとして提供しています。

## ① 切る

乱切りや、縦半分に切ってお好みの長さにするなど、食べやすい大きさに切ります。

## ② 焼く

片栗粉をまぶし、フライパンに多めの油をひき、薄く焼き色がつくまで焼きます。

## ③ 調味

油分な油をペーパー等でふき取り、そこへ砂糖としょうゆを加えてできあがり。

たのしい おうち時間になりますように

