

ハッピー しあわせ きゅうしょく ☆ Happy(幸せ)給食 ☆

あ 【がじつ和え】

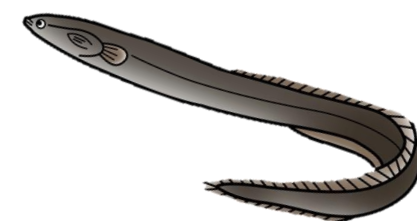


ざいりょう にんぶん 【材料 (4人分)】

ほうれん草 (2cm)	160g
あなご 穴子 (5mm)	30g
濃口しょうゆ	小さじ2
さとう	大さじ1
酢	小さじ1
白ごま	大さじ1/2



ほうれん草



あなご 穴子

「がじつ和え」は 尾道市の郷土料理です！

がじつは漢字で「賀節」と書き、お正月などのお祝いの日に
お客様にもてなす料理として作られていました。

