

# メニュー部門



市長賞 栄小学校 あんびるすみれ 安蒜澄伶 さん

## 「吉川産はちみつ入りにんじん・こまつな蒸しパン」

テーマ：にんじんと小松菜をおいしく食べよう



令和6年1月24日の給食で提供しました

### 材料(4人分)

- ・ホットケーキミックス 75g
- ・にんじん(すりおろし) 20g
- ・小松菜(みじん切り) 7g
- ・卵 1個
- ・牛乳 50ml
- ・はちみつ 小さじ1/2

### 作り方

1. ホットケーキミックスに牛乳と卵を入れてよく混ぜる。
2. 1.ににんじん、小松菜、はちみつを加えてよく混ぜる。
3. 型に流し込んで、蒸し器で10分蒸す。

### 澄伶さんからのアピールポイント

野菜が苦手な人もおいしく食べられる蒸しパンです。  
はちみつを入れることで、小松菜の苦味を抑えています。

※材料やレシピはご本人のオリジナルを掲載していますが、学校給食で提供する際は給食用にアレンジしています。