ロコモコ丼

＜材料・２人分＞

合びき肉……160ｇ
たまねぎ……1/4個
バター　……大1/2
パン粉……大1･1/2
牛乳……大１
卵……1/2個
塩……小1/4
こしょう……少々
サラダ油……適量
パセリ……適量

【ソース】
ケチャップ……大２
ｳｽﾀｰｿｰｽ……大１
バター　……５ｇ
ﾌﾞﾗｯｸﾍﾟｯﾊﾟｰ……少々
コンソメ……小１／２
お湯……大１

【盛り付け】
プチトマト……４個
レタス……２枚
マヨネーズ……大１

【ハンバーグ】
1　玉ねぎをみじん切りにし、バターでしんなりするまで炒めたあと、冷ます。
2　ボウルにひき肉，塩を入れてこねる。粘りが出てきたら、牛乳で湿らせたパン粉，たまねぎ，卵，こしょうを入れて，しっかりこねる。
3　ハンバーグのたねができたら，等分し１個分ずつ取って，両手でキャッチボールをするようにして中の空気を抜く。小判型に整え，中央をくぼませる。
4　フライパンに油を熱して，ハンバーグのくぼませた方を上にして並べ，強火で焼く。両面に焼き色がついたら，いったん皿に取り出す。

【ソース】
1　ソースの材料を全て鍋に入れ、こがさないように煮詰める。

【盛り付け】
1　レタスは一口大にちぎり、プチトマトはスライスしておく。
2　目玉焼きを作る。
3　器にご飯を盛りレタスを盛りつける。ハンバーグ、ソースを乗せ、目玉焼きを乗せる。マヨネーズをかけ、パセリを散らす。

カラフル寒天ゼリー

＜材料・４０人分＞

リンゴ……２個
キウイ……２個
サイダー…適量

Ⓐ
ｸﾞﾚｰﾌﾟｼﾞｭｰｽ…600ｃｃ
砂糖……大1
粉寒天……6g

Ⓑ
ﾋﾟｰﾁｼﾞｭｰｽ……600ｃｃ
砂糖……大1
粉寒天……6g

Ⓒ
ｵﾚﾝｼﾞｼﾞｭｰｽ…600ｃｃ
砂糖……大1
粉寒天……6g

Ⓓ
牛乳……600ｃｃ
砂糖……60ｇ
粉寒天……6g

1　リンゴやキウイをスライスしておく。
2　常温のジュース（牛乳）を入れた鍋に粉寒天を振り入れ、よくかき混ぜる。
3　弱めの中火で粉寒天を煮溶かし、さらに2分くらい沸騰させます。
4　完全に溶けたら砂糖を加え、よく溶かします。
5　火を止め、バットに流し入れ粗熱がとれたら冷蔵庫で冷やし固め、固まったら1.5cm角にカットする。
6　グラスにフルーツ、ゼリーをランダムに盛り付けサイダーを注ぐ。

2月26日（2年生）

本日のランチメニュー
ロコモコ丼
カラフル寒天ゼリー

久田学園佐世保女子高等学校