



6月9日 2年生



オイスターソースチキン 中華スープ ご飯 チョコパイ

【オイスターチキン】

<材料・2人分>

◎鶏肉（骨付き） 6本 ◎にんにく ◎玉ねぎ 1/3個
◎オイスターソース 割合1 ◎砂糖 割合1 ◎水 割合1 ◎サラダ油 適量

<作り方>

- ① 鶏肉は塩、こしょうをし、油で揚げる。
- ② にんにく、たまねぎはみじん切りにする。
- ③ フライパンにサラダ油を熱し、にんにく、玉ねぎを炒める。①を入れ、オイスターソース、砂糖、水で絡める。

【しいたけと卵の中華スープ】

<材料・2人分>

◎しいたけ 1~2枚 ◎卵 1個 ◎水溶き片栗粉 少々 ◎唐辛子 少々
◎塩・こしょう 少々 ◎鶏ガラスープ 300cc ◎ごま油 小さじ1/2
◎いりごま 小さじ1/2

<作り方>

- ① しいたけは薄切りにする。唐辛子は輪切りにする。
- ② 鶏ガラスープにしいたけ、唐辛子を入れ、軽く煮えたら、塩、こしょうで味を整える。
- ③ 溶き卵に水溶き片栗粉を加え、少しずつ回し入れる。仕上げにごま油、いりごまを加える。

【チョコパイ】

<材料・2人分>

◎パイシート 1枚 ◎アルファベットチョコ 8個 ◎牛乳 少々
【A】◎水 小さじ1 ◎砂糖 小さじ1

<作り方>

- ① パイシートを常温に10分置く。パイシートを三角形の形に8等分し、太い部分に半分に包丁で切ったチョコをおいて、細い方に向かって巻く。天板にのせ、牛乳を刷毛で塗る。
- ② 【A】の材料を耐熱容器に入れ、600Wのレンジに20秒入れる。
- ③ ①を200℃のオーブンで12分焼く。焼きあがったら天板のまま、②のシロップを塗る。（2度塗りして丁度よい量。シロップを塗る際、天板の上でパイを集めると塗りやすい。）