

冷やしとろろ蕎麦 ♥♥♥♥



<材料・2人分>

そば……………2人分
青ねぎ……………1本
きざみのり……適量
かつお節……………適量
天かす……………大さじ2
ウズラの卵……2個
大葉……………2枚
長いも……………10cm
だし汁……………400cc
しょうゆ……………大さじ3
みりん……………大さじ3

- 1 鍋にだし汁、しょうゆ、みりんを入れ煮立て、粗熱を取り、冷蔵庫で冷やし、つゆを作る。
- 2 鍋にたっぷりの湯を沸かしてそばをゆで、すぐに冷水にとって冷やしながらかみ洗いしてぬめりを取り、水気をきる。
- 3 長芋は皮をむいて酢水につけ、すりおろす。
- 4 そばに、とろろをかけ、小口切りにしたねぎ、きざみのり、天かす、大葉、かつお節、ウズラの卵を飾り、つゆをかける。

パウンドケーキ ♥♥♥

<材料・1台分>

バター……………80g	薄力粉……………100g
砂糖……………100g	ベーキングパウダー……………5g
卵……………2個	バニラオイル……………少々



- 1 バターは、卵は常温にし、卵は溶いておく。薄力粉はふるっておく。
- 2 バターと砂糖をペースト状になるまで混ぜる。
- 3 溶き卵を5回くらいに分けながら、その都度よく混ぜる。
- 4 ふるった薄力粉とベーキングパウダーを入れ、さっくり混ぜ、バニラオイルを加える。
- 5 型に流し入れ空気を抜いて、180度のオーブンで30分焼く。(10分くらいのところで、真ん中に切り込みを入れるときれいな焼き上がりになる。)串をさして生地がついてこなければ焼き上がり。



7月12日(1年生)

本日のランチメニュー

冷やしとろろ蕎麦 パウンドケーキ



久田学園佐世保女子高等学校