



汁物

ジュリエヌスープ



©富士宮市さくやちゃん

「ジュリエヌ」は、フランス語で細い千切りのことを指します。千切り野菜がたっぷり入ったコンソメスープです。

材料(4人分)

小学校3・4年生の量です

- ・だし汁
- 〔水 2カップ
- 〔混合削り節 5g
- ・ブイヨン 小さじ1
- ・酒 小さじ2弱
- ・豚もも肉 細切り 50g
- ・セロリ 20g
- ・たまねぎ 1/4個
- ・キャベツ 15g
- ・にんじん 1/5本
- ・塩 小さじ1/2
- ・白こしょう 少々

作り方

- ①セロリ、玉ねぎを薄切り、キャベツ、にんじんを千切りにする。
- ②だし汁を鍋に入れて火にかけ、沸騰したら豚肉を入れてあくをとりながら煮る。
- ③野菜、ブイヨン、酒を加えて煮る。
- ④全体が煮えたら、調味料で味を調える。

※実際の学校給食レシピをご家庭で作りやすいように内容を一部アレンジしています。

献立例



- ・パン
- ・豚肉のケチャップ和え
- ・ジュリエヌスープ
- ・いちごジャム

