

みそポテト

材料（中学生4人分）			
材 料 名	使用量（目安）	使用量	備 考（作り方など）
じゃがいも（太短冊切り）		297 g	① じゃがいもに小麦粉と水で作った衣をつけて、揚げる。 （180℃で3分30秒位）
小麦粉	大さじ5	43 g	
水	大さじ1	16 g	
なたね油	適量	43 g	② ①の調味料を混ぜて、加熱し、たれを作る。
①	赤みそ	大さじ1と1/4	③ ①のじゃがいもに②のたれをかけて、完成。
	砂糖	大さじ1と1/4	
	本みりん	小さじ1	
	水	大さじ1と1/2	

*みそなどで甘辛く味付けしたじゃがいもの天ぷらで、埼玉県秩父市の郷土料理です。

*給食では、じゃがいもを太めの短冊切りにしましたが、一般的な形は、一口大の角切りです。

