

今日の おすすめ!

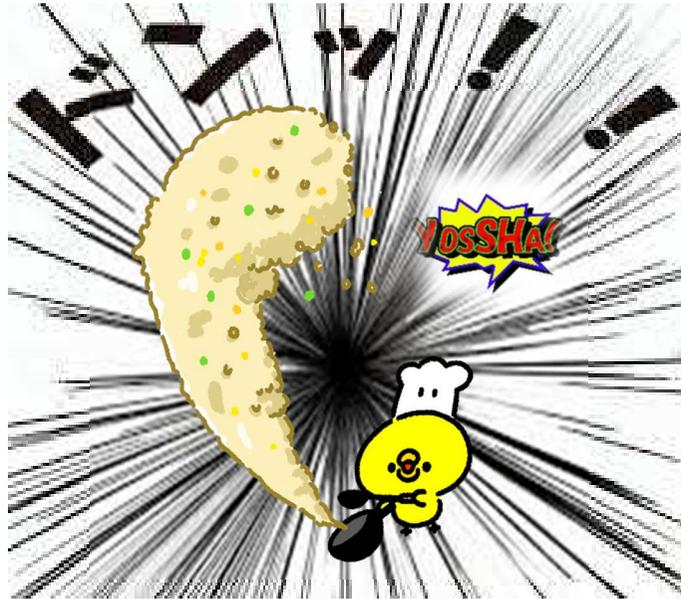
ちゅうかりょうり かりよく いのち
中華料理は火力が命

ちゅうかりょうり きほん
中華料理の基本「チャーハン」

チャーハン作るよ!!
アッ!

アッ!
チャーハン作るよ!!

チャーハン作るよ!!



美味しいチャーハン5か条!!

- 油をしっかりと温める
- 卵を入れたら、固まる前にご飯を入れる
- 油をごはん1つぶ1つぶにまとわせる
- ごはんを炒めるのではなく、焼くイメージで
- 仕上げの醤油は鍋肌よりもごはんにたらず



きゅうしょく
給食のチャーハンは
いたま
炒めずに混ぜこみます!!



くざい きゅうしょくしつ かま いた あじ
具材を給食室の釜で炒めて、味を

つけ、炊きあがったご飯に混ぜこみ

ます。香ばしさは炒めたチャーハン

にかいませんが、しっとりやさし

い味のチャーハンになります。

