

イタリア



ポルペッティ

ポルペッティは、イタリア風肉団子のことです。定番の家庭料理で、団子の形や中に入れる材料も、各地方や各家庭によってそれぞれ違うそうです。給食では、肉団子にトマトソースかけて提供しています。



【材料】（4人分）

チキンボール…250g
皮むきトマト缶…20g
ブラウンルウ…8g
水…60ml
赤ワイン…小さじ1/2
油…適量

マッシュルーム…40g
たまねぎ…40g
トマトケチャップ…小さじ1/4
砂糖…少々
ウスターソース…小さじ2/3

【作り方】

- ① たまねぎ・マッシュルームはうす切りにする。
- ② チキンボールはオーブントースターで加熱する。
- ③ 鍋に油を熱し、たまねぎを炒める。
- ④ 水・マッシュルーム・皮むきトマトを加えて煮、赤ワイン・ケチャップ・砂糖・ウスターソース・ぬるま湯で溶いたブラウンルウを加えて調味する。
- ⑤ ②の上に④のソースをかける。



給食の献立をもとにレシピカードを作成しています。
家庭で作られる際は水分量や調味料を調整してください