



カレービーンズ（かみかみバージョン）

豆が苦手な子供も「おいしい！！」と笑顔を見せてくれる一品です。＜よく噛んで食べる＞練習にもなります。



作り方

1. 大豆を水に浸けてもどしておく。
2. ◆を合わせておく。
3. 大豆に片栗粉をまぶし、油で揚げる。
4. 熱いうちに2.にまぶす。

材料

目安： 4 人分

- 大豆 乾物で60g
- 片栗粉 適量
- 揚げ油 適量
- ◆ カレー粉 0.6g
- ◆ 塩 0.9g

給食では…

- ・大豆を3時間ほど水に浸けてから揚げています。
- ・こちらはよく噛んで食べてほしいときに出す＜かみかみバージョン＞、
- 1年生に初めて出す時は、水でもどした大豆を一度ゆでてから粉をつけて揚げる＜やわらかバージョン＞で出しています。
- ・水煮缶でも作れますが、豆ならではの食感が主張してしまうので、給食では乾物を使っています。