



AZABU KITCHEN

ご当地

2024-1

麻生病院栄養科

こども洋食
2月22日



- ・ご飯
- ・バサの野菜あんかけ
- ・こども洋食
- ・なすの香りもみ



【材料 2人分】

じゃが芋	160g
長葱	20g
油	大さじ1/2
干し海老	3g
ウスターソース	小さじ2弱
青のり	適量
☆お好みで紅生姜	



桐生市
マスコットキャラクター
「キノピー」

【作り方】

- 1.じゃが芋を一口大に切り、茹でる。
- 2.長葱を小口切りにする。
- 3.フライパンに油をひき、2の長葱を炒めて水分がでたところで干し海老を加える。
- 4.3に1のじゃが芋を加え、ウスターソースを入れて崩さないように炒め合わせる。
- 5.4を器に盛り付けて、青のりをかけ、お好みで紅生姜を添える。



ご当地メニュー
群馬県 桐生市

こども洋食

こども洋食は群馬県桐生市のご当地グルメの一つで、じゃが芋・長葱・干し海老などをウスターソースで炒めた料理です。昭和初期には屋台や駄菓子屋で売られ、当時まだ珍しかったソース味に子供たちが「洋風だ!」と喜んだことが名前の由来とされています。



ねぎを炒め、ねぎの水分が出たところで、干し海老を加えてうま味を出します。そこにあらかじめ茹でておいたじゃが芋とソースを加え、青のりをふいて完成です。

群馬県宣伝部
「くんまちゃん」



麻生病院