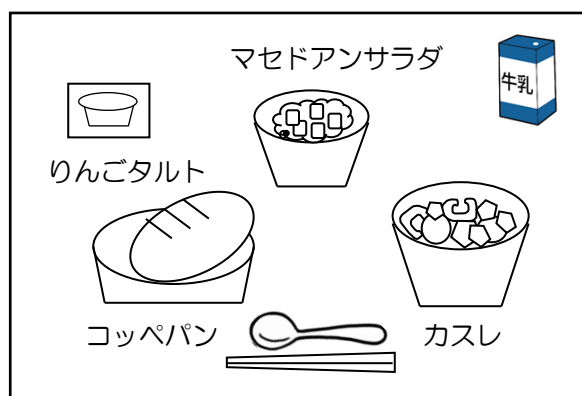


1月の給食献立より



- コッペパン
- 牛乳
- カスレ
- マセドアンサラダ
- りんごタルト



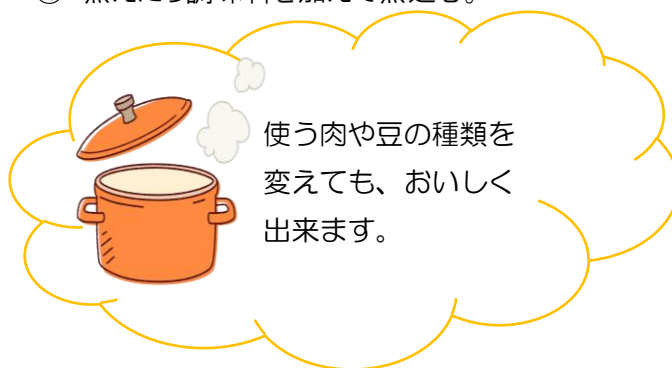
カスレ(4人分)

材 料	分 量
鶏肉もも又は胸肉(1×1 cm)	100g
ウインナー(1 cmカット)	5 本
玉ねぎ(スライス)	中 3/4 個
にんじん(いちょう切り)	1 / 3 本
じゃがいも(角切り)	中 1 個
(冷)白いんげん豆	100g
セロリ(スライス)	15g
にんにく(みじん切り)	1 片
サラダ油	小さじ 1
トマト水煮(ダイスカット)	100g
トマトケチャップ	小さじ 3
白ぶどう酒	小さじ 1
ウスターソース	小さじ 1/2
チキンコンソメ	小さじ 1
塩	少々
こしょう	少々
湯	1 カップ



（作り方）

- ① 鍋に油を熱し、セロリとにんにくを炒め、鶏肉とウインナーを加えて炒める。
- ② 玉ねぎ、にんじんを加えてさらに炒める。
- ③ 湯を加えて、じゃがいも、トマト水煮、白いんげん豆を入れて煮る。
- ④ 煮えたら調味料を加えて煮込む。



カスレは、フランスの南部で生まれたフランスを代表する伝統的な料理です。料理名の由来となっている「カソール」と呼ばれる土鍋で、たっぷりの白いんげん豆と一緒に、肉を長時間弱火でぐつぐつと煮込みます。農作業の多い収穫期にメインデッシュとして登場します。