



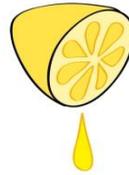
いかのレモン煮



《材料(4人分)》	
いか短冊切り	300g
かたくり粉	適宜
揚げ油	適宜
【タレ】	
しょうゆ	大さじ2・1/2
砂糖	大さじ2
みりん	小さじ1
レモン汁	大さじ1
水	大さじ3

〔作り方〕

- ①いかの水気を切り、かたくり粉をつけて揚げる。
- ②しょうゆ、砂糖、みりん、水を加え、ひと煮立ちさせる。レモン汁を加えタレを作る。
- ④揚げたいかとタレをからめる。



レモンを絞って使うと、レモンの香りがさらによくなります



給食では鴨川産のレモン果汁を使っています
カミカミメニューのひとつです