

Restaurant La FinS(レストラン ラ フィネス)

シェフ杉本敬三さん

考案の給食メニューレシピ



アッシパルマンティエ 6人分

材料

たまねぎ	100g
ニンジン	50g
セロリ	70g
マッシュルーム水煮	60g
バター	30g
油	小さじ1/2 (ひき肉からも油がでるので調整してください)
塩	6g
牛ひき肉	170g
豚ひき肉	170g (豚ひき肉だけでも可。その場合は340g)
赤ワイン	60cc
トマトのホール缶	120g
鶏肉のブイヨン (鶏ガラスープ)	100cc
ジャガイモ	380g
バター	2g
塩	5g
牛乳	150~300cc
とろけるチーズ	好きなだけ

作り方

- ① たまねぎ、ニンジン、セロリ、をみじん切りにし、マッシュルームも加えてバターと油で炒める。
- ② そのあと、ひき肉を入れて、いためてから、赤ワイン、トマトのホール缶、鶏のブイヨンを入れて、水分がだいぶ少なくなるまで煮詰める。塩をふる。
- ③ ジャガイモの皮をむき、ゆでて、バターと牛乳を合わせてよく混ぜる。牛乳は調整しながら加えてピューレ状にする。
- ④ ②の上に③をのせて、さらにその上にチーズをのせて焼く。

お米のサラダ 6人分

材料

人参	20 g
きゅうり	30 g
トマト	40 g
冷凍むぎ枝豆	30 g
冷凍ホールコーン	30 g

卵	1個
ツナ（油漬け）	40 g

ごはん 120 g（精白米ではなく、炊いたごはんの量）

マヨネーズ	40 g
マスタード	お好みで（入れなくても可）
ワインビネガー	小さじ1
オリーブオイル	小さじ1
胡椒、塩	少々

作り方

- ① 人参・きゅうり・トマトを5mm角くらいに切る。
- ② 冷凍むぎ枝豆と冷凍ホールコーンは湯通しして解凍する。人参はゆでる（生でも可）
- ③ 卵は固ゆでにする。5mmくらいにつぶす。
- ④ ご飯は炊いたものを冷ましておく。
- ⑤ 調味料を合わせて、ドレッシングを作る。
- ⑥ 具材とドレッシングを合わせる。

プリン 6個分

材料

牛乳	400cc
全卵 L	3個
グラニュー糖	100g
バニラビーンズ	1本

キャラメルタブレット 6個

プリンカップ 6個

作り方

- ① バニラビーンズを開いて種と一緒に牛乳に入れて、火にかける。
- ② ボールに卵とグラニュー糖を混ぜて、沸騰した牛乳を濾しながら、ダマにならないように、ゆっくり入れる。
- ③ キャラメルタブレットをカップに入れる。
- ④ 粗熱をとった②をカップに流し入れる。
- ⑤ 水が入らないようにアルミホイルなどで蓋をして、94℃で15分蒸す。

給食ではキャラメルタブレットを使用しました。キャラメルタブレットは製菓材料専門店等に売っています。